



♡毎月19日は食育の日です♡

令和8年  
1月

# 学校給食共同献立表

川口市教育委員会  
センター調理小学校  
(新郷・南平センター献立)

川口市マスコット「きゅぼらん」

※この献立表には、全ての食品の記載はありませんのでご了承ください。詳細は食品一覧表、献立日誌をご確認ください。

日	曜	スプーン	献立名			主な食品			栄養価	
			主食	飲み物	おかず	おもにエネルギーの もとになる食品	おもに体をつくる もとになる食品	おもに体の調子を 整えるもとになる食品	エネルギー (kcal)	たん白質 (g)
9	金		わかめごはん	牛乳	ごまみそ汁 ぶりの照り焼き かぶのそぼろ煮	米 ごま さとう でんぶん なたね油	牛乳 大豆 みそ ぶり ぶた肉 わかめ	にんじん だいこん たまねぎ ながねぎ ほうれんそう しょうが かぶ	639	28.5
13	火	○	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん お雑煮 厚焼きたまご	米 なたね油 さとう もち 水あめ	牛乳 凍り豆腐 ぶた肉 とり肉 かまぼこ たまご	にんじん ながねぎ だいこん しいたけ こまつな	604	23.9
14	水	○	ロールパン	牛乳	オニオンスープ ミートかぼちゃフライ 切り干し大根のサラダ	パン オリーブ油 なたね油 ごまドレッシング じゃがいも パン粉	牛乳 ベーコン ぶた肉	にんじん たまねぎ 切干大根 こまつな かぼちゃ	587	17.7
15	木	○	米粉入り シュガーパン	牛乳	ヌードルスープ ハンバーグデミグラスソース 彩りソテー	パン 米粉めん なたね油 小麦粉 米粉 さとう	牛乳 とり肉 大豆	にんじん たまねぎ えだまめ キャベツ とうもろこし トマト	597	23.3
16	金		地粉うどん	牛乳	みぞれうどん 野菜のかき揚げ コーンサラダ	うどん さとう なたね油 ドレッシング 小麦粉	牛乳 とり肉 油揚げ	にんじん ながねぎ ほうさい こまつな だいこん とうもろこし もやし たまねぎ	626	20.0
19	月	○	「米粉のみかんクレープ」は安行東小学校のリクエスト給食です。			米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング 米粉 やし油 さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく キャベツ とうもろこし みかん	675	19.4
20	火		ごはん	牛乳	カレーライス 温野菜サラダ 米粉のみかんクレープ	米 なたね油 さとう でんぶん ドレッシング	牛乳 とうふ とり肉	にんじん たまねぎ ながねぎ しいたけ こまつな しょうが にんにく えだまめ もやし	589	27.2
21	水	○	チーズパン	牛乳	押麦入り野菜スープ ソーセージケチャップソース キャベツとツナのソテー	パン じゃがいも 大麦 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 ソーセージ ツナ チーズ	にんじん たまねぎ キャベツ	591	26.2
22	木		ごはん	牛乳	けんちん汁 さばの辛味焼き こんにゃくの炒め煮	米 さといも なたね油 さとう ごま油	牛乳 とうふ 油揚げ さば とり肉	だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが さやいんげん	605	22.8
23	金		ホット中華めん	牛乳	みそラーメン 春巻 りんごゼリー	中華めん なたね油 小麦粉 水あめ さとう	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん キャベツ とうもろこし ほうれんそう しょうが にんにく りんご	687	22.9
26	月		今年度のテーマは「かむ力を育てよう！」							
26	月		ごはん	牛乳	さつまい 豚肉のゆずソースかけ れんこんとひじきのきんぴら	米 さつまいも さとう でんぶん なたね油 ごま	牛乳 とり肉 とうふ みそ ぶた肉 ひじき	だいこん にんじん ゆず れんこん	667	25.4
27	火		ごはん	牛乳	すいとん さけの塩焼き ほうれんそうの煮びたし	米 すいとん さとう	牛乳 とり肉 さけ 油揚げ	にんじん だいこん ほうさい ながねぎ こまつな ほうれんそう えのきたけ	586	29.1
28	水	○	コッペパン	牛乳	冬野菜のクリームシチュー 川口さといもコロケ キャベツサラダ	パン なたね油 小麦粉 ラード パン粉 さといも ドレッシング	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 おから	にんじん たまねぎ ほうさい キャベツ とうもろこし	585	21.4
29	木	○	「メロンパン」は戸塚小学校のリクエスト給食です。			パン じゃがいも なたね油 さとう 大豆油	牛乳 とり肉 たまご ベーコン	たまねぎ にんじん チンゲンサイ とうもろこし ほうれんそう	590	22.7
30	金		ソフトめん	牛乳	スパゲティボロニャソース さとう揚げパン ブロッコリー	ソフトめん オリーブ油 小麦粉 ラード さとう でんぶん パン なたね油	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ にんにく ブロッコリー トマト	666	24.9

川口市の学校給食では、そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、くるみ、マカダミアナッツ、やまいも、非加熱卵を使用している調味料類(マヨネーズ、タルタルソース、ドレッシング類)は提供しません。

- ・天候等の影響により、食材の産地や食材料が変更となることがありますのでご了承ください。
- ・「スプーン」○印の日のみ、学校給食センターより給食時にスプーンを用意いたします。
- ・○印のある日ない日に関わらず、おしはきれいに洗って毎日必ず忘れずに持参するようお願いいたします。

・使用する個々の食品・使用量に関する「学校給食献立日誌」及びアレルギー物質を含む食品に関する「給食用食品一覧表」をホームページにて公開していますので併せてご確認ください。

メンタルヘルスチェックシステム  
「こころの体温計」で手軽にストレスチェックできます。  
パソコンからは▶<https://fishowlindex.jp/kawaguchi/>  
※利用料無料(通信費は自己負担)



←献立日誌のページ  
食品一覧表のページ→



## リチウムイオン電池等使用製品の出し方

川口市環境部資源循環課 ☎048-228-5370

A 『金属類』の日に  
資源物ステーションへ



B 専用回収ボックスへ

- 1 第一本庁舎 1階 多目的スペース
- 2 朝日環境センター リサイクルプラザ棟1階 受付
- 3 戸塚環境センター 1階 エントランスホール
- 4 川口駅前行政センター内 (※設置時期: 令和8年3月31日まで)
- 5 鳩ヶ谷庁舎 1階 (※設置時期: 令和8年3月31日まで)



C リサイクル協力店へ (リサイクル協力店については一般社団法人JBRCへお問い合わせください。)

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
1月分	1月5日(月)
2月分	2月2日(月)

- ・口座へのご入金、振替前日までお願いいたします。
- ・給食の提供を希望しない場合は、学校を通じて学校給食休止申請書を提出してください。
- 詳しくは、学校にお問合せください。