



♡毎月19日は食育の日です♡

令和8年

2月

## 学校給食共同献立表

川口市教育委員会  
センター調理中学校  
(元郷センター献立)

川口市マスコット「きゅばらん」

※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	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)					
2 月	ロールパン	牛乳	ラビオリースープ オムレツミートソースかけ キャベツとワインナーのソテー	パン さとう でんぶん なたね油 小麦粉 バン粉 大豆油	牛乳 たまご ぶた肉 ソーセージ	たまねぎ にんじん ほうれんそう エリンギ キャベツ	748	27.6					
3 火	ごはん	牛乳	大豆そぼろごはん みそ汁 いわしのみぞれ煮	米 なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 ぶた肉 大豆 とうふ 油揚げ みそ いわし	にんじん しいたけ しょうが たまねぎ だいこん	749	32.7					
4 水	幸並中学校の生徒が考えた献立です。			米 はるさめ でんぶん ごま油 なたね油 さとう コーンスター	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉	とうもろこし たまねぎ にんじん こまつな ゆず ほうれんそう えのきたけ	759	29.4					
	ごはん	牛乳	蓮花湯 豚肉のゆず香和え ほうれんそうとにんじんのお浸し										
テーマは『寒い冬でも旬の野菜で体をあたためよう!』です。													
5 木	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ 煮浸し	うどん さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 ぶた肉 油揚げ 焼きちくわ あおさ	にんじん たまねぎ こまつな ほうれんそう はくさい	747	32.9					
6 金	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい もやしのナムル	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 ラー油 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ もやし こまつな	749	29.5					
9 月	黒パン	牛乳	ミニストローネ ポークソテーオニオンソース プロッコリー	パン 黒とう じゃがいも マカロニ オリーブ油 さとう でんぶん なたね油 ごま ドレッシング	牛乳 とり肉 いんげん豆 ぶた肉	キャベツ たまねぎ にんじん バブリックトマト かぼちゃ にんにく プロッコリー	751	29.5					
10 火	はちみつパン	牛乳	パンブキンボタージュ 白身魚の香草フライ 粉ふきいも	パン はちみつ なたね油 小麦粉 ラード じゃがいも パン粉 でんぶん	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 ほき	かぼちゃ たまねぎ バセリ バジル	745	26.4					
12 木	ホット中華めん	牛乳	たんたんめん 揚げぎょうざ 中華風野菜炒め	中華めん ごま なたね油 さとう ラー油 ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	チングンサイ えのきたけ ながねぎ にんじん にんにく しょうが こまつな たまねぎ もやし キャベツ	750	29.4					
13 金	ごはん	牛乳	ハヤシライス フレンチサラダ 米粉のチョコクレープ	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード やし油 さとう ココア 米粉	牛乳 ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこしトマト	785	20.6					
16 月	子供パン	牛乳	クリームシチュー ハンバーグデミグラスソース ほうれん草とコーンのソテー	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード	牛乳 とり肉 ベーコン 脱脂粉乳 大豆	にんじん たまねぎ プロッコリー エリンギ ほうれんそう とうもろこし トマト	751	31.5					
17 火	小谷場中学校の生徒が考えた献立です。			米 ごま ごま油 さとう でんぶん なたね油 植物油 水あめ	牛乳 ぶた肉 たまご 豆乳 とり肉	にんじん こまつな たくあん たまねぎ ながねぎ いら もやし しょうが にんにく ももあんず	794	30.7					
	ごはん	牛乳	キンパ風混ぜごはん コムタン ヤンニョムチキン フルーツ杏仁プリン										
テーマは『韓国風給食』です。													
18 水	今年度のテーマは、「かむ力を育てよう！」です。												
	ごはん	牛乳	かみなり汁 わかさぎフリッター 筑前煮	米 なたね油 さとう 小麦粉 大豆油	牛乳 とうふ ぶた肉 わかさぎ とり肉	だいこん たまねぎ にんじん ながねぎ しいたけ ごぼう さやいんげん	748	24.1					
かみなり汁に使用している、豆腐や冬が旬のわかさぎは、カルシウムを多く含んでいます。													
19 木	地粉うどん	牛乳	カレーうどん 揚げたこ焼き もやしとチングンサイの炒め物	うどん さとう 小麦粉 バーム油 さとう でんぶん なたね油 米粉	牛乳 ぶた肉 あおさ ハム たこ	にんじん たまねぎ ほうれんそう もやし チングンサイ キャベツ	745	25.5					
20 金	ごはん	牛乳	呉汁 鶏肉の照り焼き 磯香和え	米 じゃがいも なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 油揚げ 大豆 みそ とり肉 あおさ かつお節	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ ほうれんそう はくさい	746	31.3					
24 火	ツイストパン	牛乳	ポトフ フライドチキン いんげんとコーンのソテー	パン じゃがいも 小麦粉 でんぶん なたね油	牛乳 ソーセージ とり肉	にんじん はくさい たまねぎ プロッコリー しょうが にんにく サヤイんげん とうもろこし	748	29.1					
25 水	ごはん	牛乳	けんちん汁 さばのみそ煮 こんにゃくの炒め煮	米 さといも さとう なたね油	牛乳 とうふ 油揚げ さば みそ ぶた肉	ごぼう にんじん だいこん ほうれんそう しょうが さやえんどう	748	27.1					
26 木	ホット中華めん	牛乳	もやしそば 春巻 エリンギの炒め物	中華めん なたね油 でんぶん 小麦粉	牛乳 ぶた肉 ベーコン	にんじん もやし ながねぎ にら にんにく しょうが エリンギ ほうれんそう バブリカ	751	26.8					
27 金	ごはん	牛乳	いも団子汁 白ごまつくね 厚揚げのピリ辛炒め	米 じゃがいも さとう でんぶん なたね油 ごま	牛乳 とり肉 ぶた肉 厚揚げ	だいこん にんじん ながねぎ はくさい しょうが にんにく たまねぎ にら	755	26.2					

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。

・おは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」と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。

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
2月分	2月2日(月)
3月分	3月2日(月)

・口座へのご入金は、振替前日までにお願いいたします。  
・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。



→献立日誌のページ  
食品一覧表のページ→



川口市公式LINE  
学校給食についての  
情報も配信します。  
登録はこちらから

