

♡毎月19日は食育の日です♡



令和8年

3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
(新郷・南平センター献立)

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	フラワー ロール	牛乳	コーンポタージュ 川口ポテトクロッケ 枝豆のサラダ	パン なたね油 小麦粉 ラード コーンスターチ じゃがいも バン粉 ドレッシング	牛乳 脱脂粉乳	たまねぎ とうもろこし ハセリ えだまめ にんじん もやし	763	23.1
3	火	酢めし	牛乳	ひな寿司 菜の花のすまし汁 さばの辛味焼き ひなあられ	米 なたね油 さとう ふ 水あめ 植物油 ごま油	牛乳 とり肉 たまご とうふ さば	にんじん しいたけ さやえんどう えのきたけ ながねぎ 菜の花	814	28.9
今年度のテーマ『噛む力を育てよう!』									
4	水	わかめごはん	牛乳	玄米団子汁 和風ハンバーグ こんにゃくの炒め煮	米 玄米 さとう でんぶん なたね油	牛乳 油揚げ みそ わかめ とり肉 大豆	たいこん にんじん ごぼう こまつな ながねぎ たまねぎ さやいんげん	754	26.6
5	木	ソフトめん	牛乳	スペゲティボローニャソース クリスピーチキン デコポン	ソフトめん なたね油 小麦粉 ラード でんぶん さとう バン粉	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんじん たまねぎ にんにく トマト デコポン(しらぬい)	815	32.2
今年度のテーマ『噛む力を育てよう!』									
6	金	ごはん	牛乳	切り干し大根入りビビンバ トック入りスープ しゅうまい	米 なたね油 さとう ごま ごま油 トック 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉 わかめ	しょうが にんにく にんじん 切干大根 もやし ほうれんそう たまねぎ えのきたけ	748	31.1
9	月	ツイストパン	牛乳 コーヒー 飲料	ラビオリースープ 白身魚の香草フライ 小松菜のサラダ	パン 小麦粉 さとう でんぶん なたね油 パン粉 ドレッシング	牛乳 ほきぶた肉	にんじん たまねぎ ほうれんそう とうもろこし こまつな もやし バジル	747	25.8
10	火	メロンパン	牛乳	押麦入り野菜スープ ポークソテー+オニオンソース ほうれんそう+コーンのソテー	パン じゃがいも 大麦 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 ソーセージ ぶた肉	にんじん たまねぎ ハセリ ほうれんそう とうもろこし	783	28.1
11	水	ごはん	牛乳	カレーライス 温野菜サラダ 乳酸菌飲料	米 じゃがいも さとう 小麦粉 ラード なたね油 ごま ドレッシング	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ とうもろこし	754	23.3
12	木	地粉うどん	牛乳	ねぎまうどん 野菜のかき揚げ ブロッコリーと根菜のサラダ 米粉のお祝いケーキ	うどん なたね油 小麦粉 ドレッシング 米粉 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ なると 豆乳	ながねぎ にんじん ほうれんそう しょうが ブロッコリー だいこん たまねぎ いちご	836	26.9
16	月	黒パン	牛乳	キャベツと肉団子のスープ メンチカツ コーンサラダ	パン 黒とう なたね油 パン粉 ドレッシング でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 わかめ	キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう とうもろこし	768	26.2
17	火	ごはん	牛乳	豆腐のみぞ汁 白ごまつくね きんびらごぼう	米 さとう でんぶん なたね油 ごま	牛乳 とうふ 油揚げ わかめ みそ とり肉 さつま揚げ	たまねぎ にんじん ごぼう	760	27.2
18	水	ごはん	牛乳	ガパオライス たまご入りヌードルスープ 白身魚のチリソースかけ	米 ごま油 さとう 米粉めん なたね油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 とり肉 たまご ほき	たまねぎ パブリカピーマン にんにく しょうが にんじん キャベツ とうもろこし	747	31.5
19	木	ホット中華めん	牛乳	塩ラーメン 春巻 花野菜サラダ 青りんごゼリー	中華めん ごま油 なたね油 小麦粉 ドレッシング さとう	牛乳 ぶた肉 わかめ	もやし にんじん ながねぎ キャベツ とうもろこし ブロッコリー カリフラワー りんご	775	26.3

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。

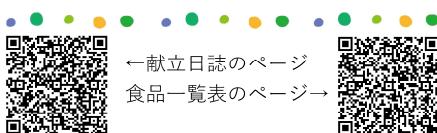
・天候等の影響により、食材の産地や食材料が変更となることがありますのでご了承ください。

・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」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。

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
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。



科学展示室

科学ものづくり教室 入門！電気工作
3月20日（金）～22日（日）
11:00～12:00 13:00～14:00
「マグネシウム 燃料電池カー」

メカモグラビックコーストーナメント
in川口市立科学館
3月20日（金）、21日（土）
10:00～13:30 「体験会」
15:30～ 「トーナメント大会」

3月22日（日）
10:00～13:00 「体験会」
14:30～ 「トーナメント大会」

川口市立科学館
Kawaguchi Science Museum
[ホームページ](#)

プラネタリウム
3月14日（土）より
一般投影春番組

イナズマテリバリー
バイザウェイの地球探査？！
オーロラとの遭遇

New!
バイザウェイの地球探査？！
オーロラとの遭遇

サメを見るために地球にやってきた宇宙人・バイザウェイ。迷子のハリモグラ・スズキと一緒に、オーロラ大発生の謎をさぐり宇宙へ飛び出す！

投影日時などの詳細は
科学館ホームページをご確認ください。