

♡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  
センター調理小学校  
(元郷センターB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)
今年度のテーマは、「かむ力を育てよう！」です。									
2	月	ごはん	牛乳	切り干し大根のごまみそ汁 豚肉のしょうが焼き ごまツナサラダ	米 ごまごま油 さとう	牛乳 油揚げ みそ ぶた肉 ツナ	切干大根 にんじん たまねぎ ほうれんそう ながねぎ しょうが こまつな	612	24.3
		切り干し大根や小松菜には、歯を丈夫にするカルシウムが豊富に含まれています。							
3	火	酢めし	牛乳	ちらし寿司 すまし汁 さわらの西京焼き ひなあられ	米 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ かまぼこ さわら みそ	しいたけ にんじん さやえんどう だいこん ほうれんそう えのきだけ ながねぎ	608	26.9
4	水	クロワッサン	牛乳	キャロットポタージュ ハンバーグきのこソース ほうれん草とベーコンのソテー	パン 小麦粉 ラード なたね油	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 大豆 ベーコン	にんじん たまねぎ バセリ にんにく エリンギ ぶなしめじ ほうれんそう トマト	598	25.5
5	木	ごはん	牛乳	のっぺい汁 いわしの梅しょうゆ煮 きんぴられんこん	米 さといも なたね油 でんぶん ごま さとう	牛乳 焼きちくわ いわし	ごぼう にんじん ながねぎ だいこん ほうれんそう れんこん うめ しそ	615	21.9
6	金	地粉うどん	牛乳	菜の花うどん 筍かまぼこの磯辺揚げ 煮浸し	うどん さとう でんぶん 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ ささかまぼこ あおさ	葉の花 にんじん ながねぎ はくさい えのきだけ	585	28.1
9	月	ごはん	牛乳	せんべい汁 白ごまつくね こんにゃくの炒め煮	米 せんべい なたね油 さとう でんぶん ごま	牛乳 とり肉 油揚げ ぶた肉	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ しいたけ さやえんどう たまねぎ	603	23.4
10	火	ごはん	牛乳	なめこ汁 鶏のから揚げ キャベツのおかか煮	米 さとう でんぶん なたね油	牛乳 とうふ みそ とり肉 かつお節	なめこ だいこん たまねぎ ながねぎ しょうが にんにく キャベツ にんじん	589	24.9
11	水	はちみつパン	牛乳	マカロニスープ オムレツ ウインナーピンズ	パン はちみつ マカロニ なたね油 さとう 大豆油	牛乳 とり肉 たまご ソーセージ 大豆	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし	587	26.0
12	木	メロンパン	牛乳	キャベツと肉団子のスープ 焼きウインナー <sup>花野菜のサラダ</sup>	パン ごま ドレッシング でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 ソーセージ	キャベツ にんじん ほうれんそう ブロッコリー カリフラワー たまねぎ	592	22.1
13	金	ホット中華めん	牛乳	マー婆ー麺 わかめともやしのごま油炒め 手作りブルーベリーケーキ	中華めん さとう でんぶん なたね油 ごま油 ごま 小麦粉 植物油 チョコレート	牛乳 ぶた肉 とうふ、みそ わかめ ヨーグルト たまご	にんにく しょうが にんじん たまねぎ にら もやし ブルーベリー	642	23.9
16	月	ごはん	牛乳	豚汁 川口さといもコロッケ ひじきの煮物	米 さといも パン粉 なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 とうふ、みそ ひじき さつま揚げ	にんじん ごぼう だいこん ながねぎ えだまめ たまねぎ	596	21.2
17	火	ごはん	牛乳	ハヤシライス 彩リソテー <sup>お祝いいちごゼリー</sup>	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう	牛乳 ぶた肉 ソーセージ 豆乳	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし いちごトマト	619	18.1

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。



**おはなし会のお知らせ 川口市立図書館**  
絵本を読んでもらったり、おはなしを聞いたりする、楽しい会です♪  
川口市立図書館で開催します!

<b>中央図書館</b> 毎週土曜日 ◆4才～小学校前 午後2時30分～2時50分 ◆小学生 午後3時～3時30分	<b>前川図書館</b> 每週土曜日 ◆4才～小学校前 午後2時30分～2時50分 ◆小学生 午後3時～3時30分	<b>新郷図書館</b> 毎月第1～第4土曜日 ◆4才～小学校前 午後2時30分～2時50分 ◆小学生 午後3時～3時30分
<b>横曾根図書館</b> 每週土曜日 ◆小学生 午前10時～10時30分 ◆3才～小学校前 午前10時40分～11時	<b>戸塚図書館</b> 每週土曜日 ◆4才～小学校前 午後2時30分～2時50分 ◆小学生 午後3時～3時30分	<b>鳩ヶ谷図書館</b> 每週土曜日 ◆4才～小学校前 午後2時30分～2時50分 ◆小学生 午後3時～3時30分
<b>芝北文庫</b> 每月第2・4金曜日 ◆乳幼児とその保護者対象 午前11時～11時30分	詳しくは、お近くの図書館へお尋ねいただくか、 または図書館HPをご覧ください♪	

**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」

 1,760円(税込)

 1,980円(税込)

**メカモグラビックコーストーメント**  
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・デリバリー」  
「バイザウェイの地球探査！」  
「バイザウェイの宇宙探査！」  
「オーロラとの遭遇」

**New!**



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に再び宇宙へ飛び出す！

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。