



令和8年
5月

♡毎月19日は食育の日です♡

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」

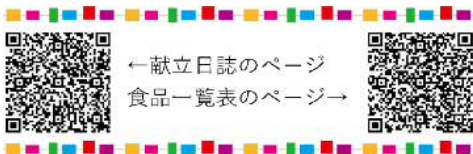
※この献立表には、全ての食品の記載はありませんのでご了承ください。詳細は食品一覧表、献立日誌をご確認ください。

| 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) |
| 1 | 金 | | ホット中華めん | 牛乳 | もやしラーメン 根菜入りおさかなフライ 柏もち | 中華めん なたね油 でんぶん 米粉 さとう パン粉 | 牛乳 ぶた肉 いわし たら あずき | にんじん もやし ながねぎ にら にんにく しょうが | 668 | 27.1 |
| 7 | 木 | | ごはん | 牛乳 | 中華野菜スープ 肉団子の甘酢あんかけ 花野菜サラダ | 米 でんぶん ごま ごま油 なたね油 さとう ドレッシング | 牛乳 ぶた肉 とり肉 | にんじん もやし にら しいたけ しょうが たまねぎ ブロッコリー カリフラワー | 589 | 20.7 |
| 8 | 金 | | 地粉うどん | 牛乳 | けんちんうどん 野菜のかき揚げ オレンジ | うどん さとう なたね油 小麦粉 | 牛乳 油揚げ とうふ | にんじん たまねぎ ながねぎ オレンジ | 601 | 18.8 |
| 11 | 月 | ○ | ごはん | 牛乳 | ひじきごはん つくね汁 さばの塩こうじ焼き | 米 さとう なたね油 | 牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじ き とり肉 さば 大豆 | にんじん たまねぎ だいこん こまつな | 610 | 23.6 |
| 12 | 火 | | ごはん | 牛乳 | 春野菜のみそ汁 鶏のから揚げ はるさめサラダ | 米 じゃがいも さとう でんぶん なたね油 はるさめ ごまドレッシング | 牛乳 油揚げ みそ とり肉 わかめ | キャベツ たまねぎ しょうが にんにく さやえんどう にんじん とうもろこし | 628 | 25.2 |
| 13 | 水 | ○ | コッペパン | 牛乳 | マカロニのクリームスープ ソーセージケチャップソース 彩りソテー | パン マカロニ 小麦粉 ラード さとう でんぶん なたね油 | 牛乳 とり肉 脱脂粉乳 ソーセージ | にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ とうもろこし | 592 | 24.6 |
| 14 | 木 | ○ | ごはん | 牛乳 | マーボー豆腐 しゅうまい 海藻サラダ | 米 さとう でんぶん ごま油 小麦粉 ドレッシング | 牛乳 とうふ ぶた肉 みそ わかめ くわかめ あかつのまた | 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 | 613 | 25.2 |
| 15 | 金 | | ソフトめん | 牛乳 | スパゲティポローニソース スパイシーポテト | ソフトめん なたね油 小麦粉 ラード さとう でんぶん じゃがいも | 牛乳 ぶた肉 | にんじん たまねぎ にんにく トマト | 630 | 22.4 |
| 18 | 月 | | ごはん | 牛乳 | とん汁 和風ハンバーグ きんぴらごぼう | 米 なたね油 さとう でんぶん | 牛乳 ぶた肉 とうふ みそ とり肉 さつま揚げ | にんじん だいこん ながねぎ ごぼう たまねぎ | 593 | 23.9 |
| 19 | 火 | | ごはん | 牛乳 | 玄米団子汁 いわしのみぞれ煮 厚揚げの煮物 | 米 さとも 玄米 さとう | 牛乳 いわし 厚揚げ ぶた肉 | にんじん だいこん ながねぎ こまつな | 609 | 23.4 |
| 20 | 水 | ○ | 黒パン | 牛乳 | 押麦入り野菜スープ ポテトコロッケ ブロッコリーと根菜のサラダ | パン 黒とう おおむぎ なたね油 じゃがいも パン粉 ドレッシング | 牛乳 ぶた肉 とり肉 | にんじん たまねぎ とうもろこし ブロッコリー だいこん | 586 | 18.7 |
| 21 | 木 | | ごはん | 牛乳 | 若竹汁 豚肉のしょうが焼き 切り干し大根の煮物 | 米 なたね油 さとう | 牛乳 とうふ わかめ ぶた肉 さつま揚げ | たけのこ たまねぎ しょうが 切干大根 にんじん | 605 | 24.7 |
| 22 | 金 | | ホット中華めん | 牛乳 | コーンラーメン 春巻 オレンジ | 中華めん なたね油 小麦 粉 | 牛乳 ぶた肉 わかめ | にんじん もやし キャベツ ながねぎ とうもろこし たまねぎ オレンジ | 629 | 20.6 |
| 今年度のテーマは「給食で魚について知ろう！」 今月は「かつお」です | | | | | | | | | | |
| 25 | 月 | | ごはん | 牛乳 | 豆腐のみそ汁 かつおのたまねぎソースがけ ひじきのサラダ | 米 なたね油 さとう でんぶん ドレッシング | 牛乳 とうふ 油揚げ みそ かつお ひじき | こまつな にんにく たまねぎ にんじん もやし とうもろこし しょうが | 602 | 26.5 |
| 26 | 火 | ○ | ごはん | 牛乳 | ブルゴキトツパ トック入りスープ りんごゼリー | 米 ごま油 ごま さとう でんぶん トック なたね油 水あめ | 牛乳 ぶた肉 とり肉 わかめ | にんにく たまねぎ にんじん ピーマン えのきたけ りんご | 585 | 20.4 |
| 27 | 水 | ○ | 子供パン | 牛乳 | じゃがいもとウインナーのトマト煮 たこナゲット 小松菜のサラダ | パン じゃがいも なたね油 さとう パン粉 ドレッシング | 牛乳 ソーセージ たこ いか | にんじん たまねぎ グリーンピース にんにく トマト こまつな もやし | 589 | 20.1 |
| 28 | 木 | ○ | ごはん | 牛乳 | カレーライス 温野菜サラダ ブルー | 米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ごま ドレッシング | 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 ブルー | 585 | 18.3 |
| 29 | 金 | | 地粉うどん | 牛乳 | きつねうどん 笹かまぼこの抹茶揚げ ミニトマト | うどん さとう 小麦粉 なたね油 | 牛乳 油揚げ ぶた肉 ささかまぼこ | にんじん たまねぎ こまつな トマト 抹茶 | 585 | 26.5 |

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いたします。

・アレルギー物質など献立表に記載されていない微量の食品については、学校をとおして給食センターにご相談ください。
また、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。



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

