



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
自校調理小学校

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	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	子供パン	牛乳	こいのぼりハンバーグ フライドポテト マカロニのクリームスープ	パン なたね油 じゃがいも マカロニ 小麦粉 ラード	牛乳 ぶた肉 大豆 とり肉 脱脂粉乳	たまねぎ エリンギ にんじん マッシュルーム トマト	608	23.0
7	木	キムチ チャーハン	牛乳	チキンナゲット 寒天入り中華スープ	米 なたね油 ごま油 植物油 水あめ でんぶ	牛乳 とり肉 たまご 大豆 おから ぶた肉 寒天	にんじん キムチ ピーマン ながねぎ もやし しょうが きくらげ ほうれんそう	596	24.9
8	金	黒パン	牛乳	たちうおフライ ポイルキャベツ ミネストローネ	パン 黒とう なたね油 じゃがいも マカロニ さとう パン粉 小麦粉	牛乳 たちうお ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん にんにく トマト	634	22.8
11	月	たけのこ ごはん	牛乳	厚焼きたまご 豚汁	米 さとう なたね油 でんぶ	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉 とうふ みそ	たけのこ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ	587	24.7
12	火	スパゲティ ナポリタン	牛乳	とうふナゲット フルーツカクテル	スパゲティ なたね油 植物油 さとう 水あめ	牛乳 ソーセージ ベーコン 寒天 とうふ 大豆	たまねぎ にんじん えだまめ マッシュルーム ももりんご ぶどう ナタデココ	605	20.0
13	水	中華おこわ	牛乳	タンファタン	米 もち米 なたね油 ごま油 でんぶ	牛乳 ぶた肉 とり肉 わかめ たまご	しょうが にんじん たけのこ しいたけ たまねぎ とうもろこし ほうれんそう	585	21.2
14	木	ごはん	牛乳	さばの幽庵焼き ちゃんこ汁 エコふりかけ	米 ごま油 さとう ごま でんぶ	牛乳 さば とり肉 ぶた肉 油揚げ かつお節	たまねぎ にんじん キャベツ ながねぎ ごぼう えのきたけ しょうが にら ゆず	626	25.2
15	金	揚げパン (グラニュー糖)	牛乳	ポークビーンズ 冷凍みかん	パン なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 ぶた肉 大豆	たまねぎ にんじん マッシュルーム みかん	604	23.3
18	月	チキンライス	牛乳	ふわとろオムライス 豆乳クリームスープ	米 なたね油 小麦粉 植物油	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム	625	24.0
19	火	ホット 中華めん	牛乳	五目ラーメン ぎょうざ もやしの中華炒め	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが しいたけ もやし ほうれんそう とうもろこし	593	24.1
20	水	とり五目 ごはん	牛乳	いわしフライ キャベツのみそ汁	米 さとう なたね油 じゃがいも でんぶ	牛乳 とり肉 油揚げ いわし とうふ わかめ みそ	にんじん ごぼう しいたけ キャベツ	616	24.5
21	木	ごはん	牛乳	ユーリーンチー わんたんスープ	米 でんぶ なたね油 さとう ごま油 ラー油 わんたん	牛乳 とり肉	にんにく しょうが ながねぎ たまねぎ にんじん もやし ほうれんそう	647	22.7
22	金	ツイストパン	牛乳	ポークのブラウンソース煮 野菜スープ メロン	パン なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 ベーコン	たまねぎ エリンギ トマト にんじん キャベツ とうもろこし メロン	591	25.5
25	月	ごはん	牛乳	マーボーとうふ トック	米 なたね油 さとう でんぶ ごま油 ラー油 トック	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ とり肉	にんじん ながねぎ にんにく しいたけ キャベツ えのきたけ	600	23.9
26	火	地粉うどん	牛乳	肉なんばん ちくわのお茶揚げ	うどん なたね油 さとう 小麦粉	牛乳 ぶた肉 焼きちくわ	にんじん はくさい ながねぎ せん茶	626	27.4
27	水	麦ごはん	牛乳	カレーライス 野菜サラダ	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳 わかめ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし	617	21.7
28	木	ごはん	牛乳	高野とうふのそぼろごはん もやしのみそ汁	米 なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 凍りとうふ とり肉 油揚げ わかめ みそ	にんじん ながねぎ しいたけ もやし	585	24.4
29	金	はちみつパン	牛乳	たらフライ キャベツのソテー コーンクリームスープ	パン はちみつ なたね油 バター 小麦粉 パン粉	牛乳 たら	キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん	614	21.8

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。

