



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
センター調理中学校
(元郷センター献立)

※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	酢めし	牛乳	ちらし寿司 すまし汁 さけのマヨネーズ焼き	米 さとう なたね油 ノンエッグマヨネーズ 大豆油	牛乳 とり肉 油揚げ たまご とうふ かまぼこ さけ みそ	しいたけ にんじん さやえんどう えのきたけ ほうれんそう ながねぎ	749	29.8
7 木	地粉うどん	牛乳	カレーうどん 揚げたこ焼き 大根サラダ	うどん さとう 小麦粉 パーム油 でんぶん なたね油 ドレッシング 米粉	牛乳 ぶた肉 油揚げ あおさ たこ	にんじん たまねぎ ほうれんそう だいこん キャベツ とうもろこし	749	25.1
8 金	ごはん	牛乳	肉豆腐 厚焼きたまご 小松菜のごま和え	米 じゃがいも さとう ごま でんぶん	牛乳 ぶた肉 とうふ たまご	たまねぎ にんじん ほうれんそう ごまつな	747	29.0
11 月	黒パン	牛乳	ラビオリスープ ウインナーの香味揚げ いんげんとコーンのソテー	パン 黒とう 小麦粉 ごま なたね油 パン粉	牛乳 ソーセージ ぶた肉	たまねぎ にんじん ほうれんそう さやいんげん とうもろこし	748	25.6
12 火	ごはん	牛乳	トック入りスープ タッカルビ	米 トック さつまいも ごま油 さとう	牛乳 ぶた肉 わかめ とり肉	えのきたけ しいたけ たまねぎ にんじん ながねぎ ピーマン しょうが にんにく キムチ	747	26.2
今年度のテーマは、「給食で魚について知ろう!」です。								
13 水	ごはん	牛乳	春キャベツのみそ汁 かつおカツ 厚揚げのピリ辛炒め	米 じゃがいも なたね油 さとう パン粉	牛乳 油揚げ みそ かつお ぶた肉 厚揚げ	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく にんじん いら	751	26.0
今が旬のかつおを使った献立です。かつおは、たんぱく質や鉄を多く含む魚です。								
14 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	にんじん もやし ながねぎ いら にんにく しょうが エリンギ ほうれんそう パプリカ キャベツ たまねぎ	754	27.6
15 金	ごはん	牛乳	いも団子汁 豚肉のねぎみそ焼き 切り干し大根の煮物	米 じゃがいも さとう なたね油 でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ 油揚げ	だいこん にんじん ながねぎ はくさい 切干大根 えだまめ	749	25.7
18 月	ツイストパン	牛乳	ミネストローネ フライドチキン フレンチサラダ	パン じゃがいも マカロニ オリーブ油 さとう 小麦粉 でんぶん なたね油	牛乳 ベーコン いんげん豆 とり肉	たまねぎ にんじん パプリカ トマト かぼちゃ にんにく しょうが キャベツ きゅうり とうもろこし	747	28.0
19 火	ごはん	牛乳	川口みその豚汁 いわしの梅しょうゆ煮 磯香和え	米 じゃがいも さとう	牛乳 ぶた肉 とうふ 油揚げ みそ いわし あおさ かつお節	にんじん ごまつな ながねぎ だいこん ごぼう ほうれんそう はくさい しらうめ	747	30.8
20 水	ごはん	牛乳	ガパオライス 野菜スープ チキンナゲット	米 さとう なたね油 はるさめ	牛乳 ぶた肉 ベーコン とり肉 大豆 おから	たまねぎ ピーマン パプリカ ぶなしめじ はくさい パジル ほうれんそう にんじん	781	29.0
21 木	ソフトめん	牛乳	ミートソーススパゲティ キャベツとウインナーのソテー	ソフトめん 小麦粉 ラード さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 ソーセージ	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ トマト キャベツ	750	29.8
22 金	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい もやしとチンゲンサイの炒め物	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ ベーコン	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 チンゲンサイ	757	30.7
25 月	はちみつパン	牛乳	グリーンポターージュ 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 はちみつ 小麦粉 ラード なたね油	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 とり肉 ぶた肉	たまねぎ にんじん グリーンピース エリンギ トマト ほうれんそう とうもろこし	750	30.4
26 火	ごはん	牛乳	ミーファンタン メンチカツ もやしのナムル	米 ビーフン ごま油 なたね油 さとう ごま パン粉	牛乳 とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ ほうれんそう にんにく もやし ごまつな	748	23.8
27 水	ごはん	牛乳	けんちん汁 さばのみそ煮 煮浸し	米 さとう	牛乳 とうふ さば みそ 油揚げ	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ しょうが ごまつな キャベツ	747	25.9
28 木	ホット中華めん	牛乳	みそラーメン 揚げぎょうざ 中華サラダ	中華めん ごま油 なたね油 さとう ごま 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	キャベツ にんじん もやし ながねぎ しょうが にんにく ごまつな とうもろこし	753	31.6
29 金	ごはん	牛乳	ハヤシライス 三色ソテー	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	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし トマト	747	24.5

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。

・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、学校をおと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。

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
4・5月分	6月1日(月)

・口座へのご入金、振替前日までにお願いたします。
・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、学校にお問い合わせください。

←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