



川口市マスコット「きゅぼらん」

令和8年  
6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	月	ロールコッペ	牛乳	野菜スープ 焼きウインナー チリコンカン	パン じゃがいも オリーブ油 さとう	牛乳 とり肉 ソーセージ 大豆 ひよこ豆 ぶた肉	キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう とうもろこし にんにくしょうが トマト	746	27.7	
2	火	ごはん	牛乳	かてめし まゆ玉汁 ゼリーフライ	米 ごま油 さとう 上新粉 なたね油 小麦粉 でんぶん じゃがいも	牛乳 とり肉 油揚げ みそ おから	だいこん ごぼう にんじん しいたけ ながねぎ ごまつな えのきたけ	752	20.1	
3	水	ごはん	牛乳	じゃがいもと厚揚げのうま煮 厚焼きたまご ごぼうサラダ	米 じゃがいも さとう ごま ノンエッグマヨネーズ でんぶん	牛乳 ぶた肉 厚揚げ たまご ハム	にんじん たまねぎ いんげん ごぼう きゅうり	774	27.2	
4	木	地粉うどん	牛乳	おつきりこみ みそポテト 花野菜のサラダ	うどん さといも じゃがいも 小麦粉 なたね油 さとう ドレッシング	牛乳 とり肉 油揚げ みそ	にんじん だいこん ごまつな ながねぎ しいたけ ブロッコリー カリフラワー	747	26.2	
5	金	ごはん	牛乳	彩の国汁 いわしのかばやき 切り干し大根の煮物	米 さといも なたね油 ごま さとう でんぶん	牛乳 ぶた肉 とり肉 いわし 油揚げ	はくさい にんじん ごまつな ながねぎ 切干大根 えだまめ	785	29.4	
8	月	はちみつパン	牛乳	星型マカロニスープ ハンバーグケチャップソース ポテトサラダ	パン はちみつ さとう マカロニ なたね油 ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	牛乳 とり肉 ハム ぶた肉	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし きゅうり	749	27.7	
9	火	ごはん	牛乳	具汁 豚肉のしょうが焼き ほうれん草とえのきの煮浸し	米 じゃがいも なたね油	牛乳 油揚げ 大豆 みそ ぶた肉	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ しょうが ほうれんそう えのきたけ	773	29.6	
10	水	今年度のテーマは、「給食で魚について知ろう!」です。							770	29.5
		ごはん	牛乳	いも団子汁 あじフライ こんにゃくの炒め煮	米 なたね油 さとう パン粉 じゃがいも でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 あじ	だいこん にんじん ながねぎ はくさい さやえんどう			
今が旬のあじを使った献立です。あじは、たんぱく質・鉄・ビタミンDを多く含む魚です。										
11	木	ホット中華めん	牛乳	豆腐ラーメン 春巻 オレンジ	中華めん でんぶん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 とうふ	にんじん ながねぎ ほうれんそう オレンジ	766	27.4	
12	金	麦ごはん	牛乳	カレーライス フレンチサラダ 狭山茶豆乳プリン	米 麦 じゃがいも さとう 小麦粉 なたね油 バーム油	牛乳 ぶた肉 ハム レバー 豆乳	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 抹茶	783	21.2	
15	月	子供パン	牛乳	むさしのシチュー コーンフライ キャベツソテー	パン さつまいも 小麦粉 なたね油 ラード パン粉	牛乳 とり肉 ベーコン 脱脂粉乳	ブロッコリー にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし	802	25.6	
16	火	ごはん	牛乳	鶏ごぼうごはん すまし汁 さばの辛味焼き	米 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ かまぼこ さば	ごぼう えのきたけ ながねぎ ほうれんそう にんじん しょうが	790	29.5	
22	月	マーブル食パン	牛乳	ラビオリスープ ポークストロガノフ フライドポテト	パン ココア なたね油 小麦粉 パン粉 バーム油 じゃがいも	牛乳 とり肉 ぶた肉	たまねぎ にんじん にんにく ほうれんそう ぶなしめじ トマト	792	28.3	
23	火	ごはん	牛乳	トック入りスープ 川口みそのスタミナ焼肉 埼玉県産みかんゼリー	米 トック なたね油 さとう ごま	牛乳 とり肉 わかめ ぶた肉 みそ	えのきたけ しいたけ いら たまねぎ にんじん もやし ながねぎ しょうが にんにく みかん	832	29.5	
24	水	ごはん	牛乳	はるさめスープ 油淋鶏 中華サラダ	米 はるさめ なたね油 でんぶん さとう ごま ごま油	牛乳 ぶた肉 とり肉 ハム	にんじん もやし ながねぎ ほうれんそう にんにく しょうが キャベツ とうもろこし ごまつな	819	30.2	
25	木	地粉うどん	牛乳	むさしのうどん かき揚げ ブロッコリー	うどん さといも さとう なたね油 ごま 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 油揚げ	にんじん ごまつな しいたけ えのきたけ ぶなしめじ ながねぎ ブロッコリー たまねぎ	746	26.7	
26	金	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい もやしのナムル	米 でんぶん ごま油 さとう なたね油 ラード 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ	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 ほうれんそう	751	29.1	
29	月	メロンパン	牛乳	コーンポタージュ ポテトコロッケ ほうれん草とウインナーのソテー	パン なたね油 ラード コーンスターチ 小麦粉 じゃがいも パン粉	牛乳 ソーセージ 脱脂粉乳 ぶた肉 とり肉	たまねぎ とうもろこし パセリ エリンギ ほうれんそう にんじん	824	23.4	
30	火	ごはん	牛乳	みそ汁 豚肉のゆず香和え ひじきの煮物	米 じゃがいも でんぶん なたね油 さとう	牛乳 とうふ みそ ぶた肉 ひじき 油揚げ	ほうれんそう たまねぎ にんじん ゆず えだまめ	775	31.2	

川口市の学校給食では、カシューナッツ、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、あわび、いくら、キウイフルーツ、ピスタチオ、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。

・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
5月分	6月1日(月)
6月分	6月30日(火)

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

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

← 献立日誌のページ  
食品一覧表のページ →