



令和8年
7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)

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	水	ごはん	牛乳	夏野菜の豚汁 和風おろしハンバーグ きんぴられんこん	米 じゃがいも さとう でんぶん ごまなたね油	牛乳 ぶた肉 油揚げ とうふ みそ とり肉	なす さやいんげん たまねぎ だいこん れんこん にんじん	747	27.9
2	木	ソフトめん	牛乳	つけナポリタン チキンナゲット 彩りサラダ	ソフトめん 小麦粉 さとう オリブ油 でんぶん なたね油	牛乳 ソーセージ とり肉 大豆 おから	たまねぎ エリンギ ビーマン パブリカ にんにく トマト キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	822	28.6
3	金	ごはん	牛乳	メキシカンライス ポソレ風スープ サルサ・デ・ベスカード	米 なたね油 じゃがいも オリブ油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 ぶた肉 いんげん豆 ほき	たまねぎ にんじん ビーマン パブリカ にんにく キャベツ とうもろこし トマト レモン	757	32.0
FIFAワールドカップの開催国の1つ、メキシコ料理です。 今年度のテーマは、「給食で魚について知ろう!」です。									
6	月	ロールコッペ メイプルジャム	牛乳	ピースープ サーモンフライ キャベツソテー	パン ジャム なたね油 パン粉 小麦粉	牛乳 とり肉 いんげん豆 ひよこ豆 白花豆 さけ ベーコン	たまねぎ にんじん セロリ キャベツ	810	29.4
FIFAワールドカップの開催国の1つ、カナダ料理です。カナダでは6種類のサーモンが獲れます。									
7	火	ごはん	牛乳	こぎつねごはん 七夕汁 星型コロケ 七夕ゼリー	米 なたね油 さとう そうめん じゃがいも パン粉	牛乳 油揚げ ぶた肉 とり肉 かまぼこ	にんじん だいこん ほうれんそう ながねぎ たまねぎ みかん レモン ぶどう	821	26.4
8	水	麦ごはん	牛乳	夏野菜のカレーライス ほうれん草とウインナーのソテー	米 麦 じゃがいも 小麦粉 バーム油 さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 レバー ソーセージ	かぼちゃ なす ズッキーニ たまねぎ トマト しょうが にんにく ほうれんそう にんじん	760	22.9
9	木	ホット中華めん	牛乳	たんたんめん 揚げぎょうざ オレンジ	中華めん ごま なたね油 さとう ラー油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	チンゲンサイ えのきたけ ながねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ オレンジ	747	29.9
10	金	ごはん ふりかけ	牛乳	せんべい汁 鶏肉の照り焼き 磯香和え	米 せんべい さとう ごま	牛乳 ぶた肉 油揚げ とり肉 あおさ かつお節 たまご	ごぼう にんじん だいこん しいたけ こまつな ながねぎ ほうれんそう はくさい	752	31.3
13	月	ツイストパン	牛乳	マカロニスープ オムレツ ウインナーピーズ	パン 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 とうもろこし キャベツ	747	31.5
14	火	ごはん	牛乳	冬瓜のみそ汁 いわしのみぞれ煮 こんにゃくの炒め煮	米 なたね油 さとう	牛乳 とうふ 油揚げ みそ ぶた肉 いわし	とうがん にんじん ながねぎ いんげん だいこん	756	30.3
15	水	ごはん	牛乳	ブルコギトッパブ トック入りスープ はちみつレモンゼリー	米 ごま油 さとう でんぶん ごま トック 水あめ さとう はちみつ	牛乳 ぶた肉 とり肉 わかめ	にんにく たまねぎ にんじん ビーマン エリンギ えのきたけ しいたけ ながねぎ レモン	789	27.4

川口市の学校給食では、くるみ、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、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。

・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
7月分	7月31日(金)
9月分	8月31日(月)

- ・口座へのご入金、振替前日までをお願いいたします。
- ・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

この夏、「平和」について考えてみませんか?

川口市立中央図書館、メディアセブンで、川口市平和展を開催します♪
平和ってどんなときに感じる? 平和ってどうすれば続くだろうか?
夏休み、一緒に考えてみませんか?

【日時】 7/18(土)~20(月) 9時~18時
7/21(火)~22(水) 10時~18時

【場所】 川口市立中央図書館、メディアセブン

【内容】 ・川口市の平和への取り組みに関する展示
・ブックトーク(本の紹介)
・ヒロシマ・ナガサキの原爆資料の展示



平和ってどんなときに感じる? アンケート
平和展開催期間中、
会場でアンケートの一部を掲示します。
ぜひ、遊びに来てください!

問い合わせ...総務課 ☎048-259-9021