



川口市マスコット「きゅぼらん」

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  
センター調理小学校  
(新郷・南平センター献立)

※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  | 水   | 食パン<br>メイプルジャム | 牛乳  | FIFAワールドカップの開催国の1つ、カナダをイメージした献立です。<br>押麦入り野菜スープ<br>サーモンフライ<br>サウザンサラダ            |  |                          | ハンパム ジャがいも<br>大麦 なたね油<br>ドレッシング パン粉<br>メープルシュガー      | 牛乳 とり肉 さけ                            | にんじん たまねぎ キャベツ<br>とうもろこし                                      | 587 | 22.7 |
| 2  | 木   | ごはん            | 牛乳  | 冬瓜汁<br>いろいろたまご焼き<br>こんにゃくの炒め煮  | 米 でんぶん なたね油<br>さとう                             | 牛乳 油揚げ たまご<br>とり肉        | とうがん たまねぎ にんじん<br>こまつなしょうが<br>さやいんげん ほうれんそう          | 596                                  | 19.6  |     |      |
| 3  | 金   | ソフトめん          | 牛乳  | スパゲティボローニャソース<br>ポテトコロッケ<br>冷凍みかん  | ソフトめん なたね油<br>小麦粉 ラード さとう<br>でんぶん ジャがいも<br>パン粉 | 牛乳 ぶた肉 とり肉               | にんじん たまねぎ にんにく<br>みかん トマト                            | 697                                  | 23.0  |     |      |
| 6  | 月   | ごはん            | 牛乳  | トック入りスープ<br>豚キムチ炒め<br>ミニトマト  | 米 トック なたね油 さとう<br>ごま油 ごま                       | 牛乳 とり肉 わかめ ぶた肉<br>みそ     | にんじん たまねぎ<br>えのきたけ キムチ キャベツ<br>にら しょうが にんにく<br>トマト   | 610                                  | 21.2  |     |      |
| 7  | 火   | ごはん            | 牛乳  | こぎつねごはん<br>天の川汁<br>おほしさまの照り焼きハンバーグ<br>セタゼリー                                      | 米 なたね油 さとう ラード<br>米粉めん ふ でんぶん                  | 牛乳 ぶた肉 油揚げ<br>とり肉 大豆     | にんじん えだまめ たまねぎ<br>こまつな レモン みかん<br>ぶどう                | 651                                  | 24.2  |     |      |
| 8  | 水   | クロワッサン         | 牛乳  | オニオンスープ<br>クリスピーチキン<br>コーンサラダ  | パン なたね油 ドレッシング<br>パン粉                          | 牛乳 ベーコン とり肉<br>わかめ 大豆    | にんじん たまねぎ<br>とうもろこし                                  | 585                                  | 19.2  |     |      |
| 9  | 木   | ごはん            | 牛乳  | 高野豆腐のそぼろごはん<br>夏野菜のみそ汁<br>さばの辛味焼き  | 米 なたね油 さとう ごま油                                 | 牛乳 凍り豆腐 ぶた肉<br>わかめ みそ さば | にんじん ながねぎ なす<br>たまねぎ かぼちゃ                            | 604                                  | 23.9  |     |      |
| 10 | 金   | ホット中華めん        | 牛乳  | たんたんめん<br>たこさんたこ焼き<br>枝豆   | 中華めん なたね油 さとう<br>ごま 小麦粉                        | 牛乳 ぶた肉 みそ たこ             | にんじん えのきたけ キャベツ<br>チンゲンサイ にんにく<br>しょうが えだまめ ながねぎ     | 616                                  | 25.5  |     |      |
| 13 | 月   | ごはん            | 牛乳  | 今年度のテーマ『給食で魚について知ろう!』<br>つくねのみそ汁<br>あじの南蛮漬け<br>海藻サラダ                             |  |                          | 米 なたね油 さとう<br>でんぶん ドレッシング                            | 牛乳 とり肉 みそ<br>あじ わかめ 茎わかめ<br>赤つのまた 大豆 | にんじん たいこん ながねぎ<br>こまつな もやし たまねぎ                               | 585 | 23.5 |
| 14 | 火   | ごはん            | 牛乳  | 夏野菜のカレーライス<br>温野菜サラダ<br>乳酸菌飲料  | 米 ジャがいも なたね油<br>小麦粉 ラード さとう<br>ごま ドレッシング       | 牛乳 わかめ ぶた肉 豆乳<br>脱脂粉乳    | にんじん たまねぎ なす<br>かぼちゃ トマト しょうが<br>にんにく キャベツ<br>とうもろこし | 597                                  | 19.6  |     |      |
| 15 | 水   | コッペパン<br>スライス  | 牛乳  | FIFAワールドカップの開催国の1つ、メキシコをイメージした献立です。<br>ラビオリスープ<br>ドッグパーク<br>チリコンカン<br>ワールドカップゼリー |  |                          | パン でんぶん オリーブ油<br>さとう 小麦粉 パン粉 ラード                     | 牛乳 ぶた肉 大豆 ひよこ<br>豆<br>とり肉            | にんじん たまねぎ<br>とうもろこし ほうれんそう<br>にんにく しょうが トマト ぶどう<br>ライム ブルーベリー | 585 | 26.3 |

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。

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？  
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(水)～22(木) 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



問い合わせ…総務課 ☎048-259-9021



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♪