

センター調理小学校
(元郷学校給食センターA献立)

献立実施校

木曾呂小 上青木南小 柳崎小 戸塚綾瀬小
在家小

令和8年

川口市学校給食献立日誌

7月



川口市マスコット「きゅぼらん」

川口市教育委員会

～食物アレルギーに関する留意事項～

○本誌に記載の食物アレルギーについては、食品衛生法施行規則で「特定原材料」として定める9品目（えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生）並びに「特定原材料に準ずるもの」20品目（アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン）についてのみ記載しており、その他のアレルギー物質については、記載しておりません。

※食品表示基準の改正により令和8年4月1日から「特定原材料」にカシューナッツ、「特定原材料に準ずるもの」にピスタチオが追加されました。経過措置期間が2年間設けられていますが、学校給食にて使用する食品関連事業者等に対して、本改正に基づき食品内容成分表等に速やかに表示するよう周知しております。

○コンタミネーション（食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料等が意図せずして最終加工食品に混入してしまうことです。）については記載してありませんのでご注意ください。コンタミネーションについて必要な場合は、学校にご相談ください。

○調理場・調理従事者・調理機器・器具・食器はアレルギー専用ではございません。注意して調理しておりますが、同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。

○揚げ油は、ろ過して数回使用しているため、アレルゲンを含む原材料及び加工食品も調理しております。

○丸ごと食べられる魚は魚卵を含む場合がございます。また、魚介類（ちりめんじゃこ等の小魚）や海藻類には収穫の際に、えび、かに、いか等の混入の可能性がございます。それらを調理過程において、完全に除去することはできませんのでご了承ください。

○最終加工品における特定原材料等の総タンパク質量が数 $\mu\text{g/ml}$ の濃度レベル又は数 $\mu\text{g/mg}$ 含有レベルに満たない食品についても、アレルギー物質を原材料として使用していることから、極微量であっても食物アレルギー症状が起きるのを避けるために表示をしております。



川口市マスコット「さゆばらん」

センター調理小学校（元郷センターA 献立）

7 月 分 献 立 の 栄 養 価

給食日	献立名	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	RE	VB1	VB2	VC	食物繊維	食塩	価格	価格(税込)
7 - 1	ロールコッペ 牛乳 ピースープ サーモンフライ ブロッコリーのサラダ	614	24.5	25.7	71.8	327	71	1.3	1.9	286	0.30	0.47	23	7.6	3.1	287.19	310.17
7 - 2	夏野菜のカレーライス 牛乳 ほうれん草とウインナーのソテー	647	21.1	20.7	93.5	292	77	2.9	2.6	559	0.61	0.51	23	5.6	2.5	301.12	325.21
7 - 3	つけナポリタン 牛乳 キッシュ風オムレツ キャベツソテー	623	24.3	21.1	85.6	329	71	2.9	2.1	231	0.42	0.58	31	5.5	3.0	256.53	277.05
7 - 6	ごはん 牛乳 夏野菜のみそ汁 豚肉のしょうが炒め ミニトマト	585	26.2	13.5	86.4	307	94	2.6	3.3	221	0.92	0.50	26	4.7	2.3	302.50	326.70
7 - 7	ごはん 牛乳 セタ汁 星型ハンバーグ キャベツのおかか煮 セタゼリー	623	23.2	17.4	91.2	437	92	4.4	2.8	280	0.57	0.50	23	6.2	2.8	307.19	331.77
7 - 8	子供パン 牛乳 カレー野菜スープ メンチカツ コーンと枝豆のソテー	589	24.4	24.1	69.6	316	73	1.8	2.3	147	0.43	0.46	25	6.8	3.2	256.06	276.54
7 - 9	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 きゅうりの中華和え	585	24.1	16.3	84.2	511	133	2.8	3.3	234	0.85	0.51	11	2.8	2.2	281.72	304.26
7 - 10	たんたんめん 牛乳 揚げしゅうまい 冷凍みかん	649	26.9	24.1	83.8	284	62	1.3	2.4	266	0.55	0.48	32	3.6	3.3	311.98	336.94
7 - 13	ごはん 牛乳 冬瓜のみそ汁 鶏のから揚げ もやしのごま和え	606	27.5	16.8	82.4	327	78	2.3	2.3	198	0.50	0.45	20	2.3	2.6	283.22	305.88
7 - 14	メキシカンライス 牛乳 ポソレ風スープ 白身魚のトマトサルサがけ	586	25.2	17.7	81.1	267	71	2.0	2.4	221	0.60	0.49	28	5.6	2.2	307.72	332.34
7 - 15	黒パン 牛乳 コーンポタージュ 焼きウインナー 花野菜のサラダ 豆乳クリーム大福	654	22.5	24.8	72.7	354	73	1.6	2.9	133	0.36	0.57	31	5.0	3.0	320.33	345.96
合 計		6761	269.9	222.2	902.3	3751	895	25.9	28.3	2776	6.11	5.52	273	55.7	30.2	3215.56	3472.82
平 均		615	24.5	20.2	82.0	341	81	2.4	2.6	252	0.56	0.50	25	5.1	2.7	292.32	315.71
(動物性)		(12.3)		(13.2)													
平均所要栄養量の基準		650	26.8	18.1	350		50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0		
充 足 率 (%)		95	91	112	97		162	80	130	126	140	125	100	113	135		
PFCバランス (%)		100	16	30	54												

センター調理小学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和8年7月1日 水曜日

<献立名> ロールコッペ 牛乳 ピースープ サーモンフライ ブロッコリーのサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ロールパン・コッペ (低)	1個	30.00	小麦、大豆
ロールパン・コッペ (中)	1個	40.00	小麦、大豆
ロールパン・コッペ (高)	1個	50.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま (皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
たまねぎ (生)	10.64	10.00	
たまねぎ (スライス・冷凍)	10.00	10.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
白いんげん (レトルト)	10.00	10.00	
ひよこ豆	10.00	10.00	
白花豆 (ペースト・冷凍)	10.00	10.00	
セロリー (生)	4.62	3.00	
チキンスープ	2.00	2.00	小麦、大豆、鶏肉
食塩	0.60	0.60	
水	140.00	140.00	
鮭フライ (冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、さけ
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
中濃ソース (ボトル)	5.00	5.00	
ブロッコリー (冷凍)	28.00	28.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
ホールコーン (冷凍)	8.00	8.00	
なたね油	2.50	2.50	
穀物酢	1.20	1.20	
三温糖	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
こしょう (白)	0.02	0.02	

センター調理小学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和8年7月2日 木曜日

<献立名> 夏野菜のカレーライス 牛乳 ほうれん草とウィンナーのソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
麦ごはん	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
鶏むねこま(皮つき)	25.00	25.00	鶏肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
西洋かぼちゃ(角切り)	20.00	20.00	
なす(生)	11.11	10.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
トマト(カット)	8.00	8.00	
しょうが(生)	0.63	0.50	
にんにく(生)	0.33	0.30	
たまねぎ(スライス・冷凍)	7.00	7.00	
カレーフレーク	14.00	14.00	小麦
鶏レバーペースト	0.50	0.50	鶏肉
トマトケチャップ	3.00	3.00	
中濃ソース	2.00	2.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	0.50	0.50	
水	110.00	110.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ほうれん草(冷凍)	25.00	25.00	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	15.00	15.00	豚肉
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	

センター調理小学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和8年7月3日 金曜日

<献立名> つけナポリタン 牛乳 キッシュ風オムレツ キャベツソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトめん (低)	1個	60.00	小麦
ソフトめん (中)	1個	70.00	小麦
ソフトめん (高)	1個	80.00	小麦
ウィンナーソーセージFe入り (輪切)	18.00	18.00	豚肉
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
たまねぎ (スライス・冷凍)	25.00	25.00	
エリンギ (冷凍)	8.00	8.00	
青ピーマン (生)	2.35	2.00	
パプリカ (黄)	2.22	2.00	
にんにく (生)	0.22	0.20	
トマトピューレ	15.00	15.00	
トマトケチャップ	20.00	20.00	
デミグラスソース	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
中濃ソース	3.00	3.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	1.20	1.20	
食塩	0.30	0.30	
こしょう (白)	0.03	0.03	
オリーブ油	1.00	1.00	
でん粉 (じゃがいも)	1.00	1.00	
水	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
キッシュ風オムレツ (冷凍)	1個	40.00	卵、乳、小麦、大豆、豚肉
キャベツ (生)	29.41	25.00	
プレスハム (短冊)	5.00	5.00	豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	

センター調理小学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和8年7月6日月曜日

<献立名> ごはん 牛乳 夏野菜のみそ汁 豚肉のしょうが炒め ミニトマト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
なす(生)	8.89	8.00	
西洋かぼちゃ(いちょう)	22.00	22.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	
豚肉(もも・こま)	42.00	42.00	豚肉
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	7.22	7.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.20	2.20	
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	2.50	2.50	
こいくちしょうゆ	4.50	4.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	1.00	1.00	
水	5.00	5.00	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

<献立名> ごはん 牛乳 セタ汁 星型ハンバーグ キャベツのおかか煮 セタゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
手延べそうめん	5.00	5.00	小麦
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
かまぼこ(星型)	7.00	7.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
だしのもと	1.00	1.00	
水	160.00	160.00	
星型ハンバーグ(冷凍)	1個	60.00	大豆、鶏肉、豚肉
大根おろし(冷凍)	10.00	10.00	
三温糖	1.60	1.60	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
キャベツ(生)	41.18	35.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
こいくちしょうゆ	1.70	1.70	小麦、大豆
かつお節(碎片)	0.50	0.50	
セタゼリー(冷凍)	1個	40.00	

センター調理小学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和8年7月8日水曜日

<献立名> 子供パン 牛乳 カレー野菜スープ メンチカツ コーンと枝豆のソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
子供パン (低)	1個	30.00	小麦、大豆
子供パン (中)	1個	40.00	小麦、大豆
子供パン (1コ取り) (高)	1個	50.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま (皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
キャベツ (生)	29.41	25.00	
じゃがいも (生)	22.22	20.00	
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
にんじん (生)	8.25	8.00	
しょうが (生)	0.25	0.20	
カレー粉	0.30	0.30	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
こしょう (白)	0.01	0.01	
食塩	0.50	0.50	
水	150.00	150.00	
メンチカツ (冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース (ボトル)	5.00	5.00	
ホールコーン (冷凍)	20.00	20.00	
えだまめ (冷凍)	15.00	15.00	大豆
プレスハム (短冊)	5.00	5.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
こしょう (白)	0.01	0.01	

センター調理小学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和8年7月9日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 きゅうりの中華和え

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(冷凍)	110.00	110.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	18.00	18.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
トウバンジャン	0.10	0.10	
清酒	3.00	3.00	
黒ソース(冷凍)	1.20	1.20	小麦、大豆、鶏肉、ごま
みそ(赤)	4.00	4.00	大豆
テンメンジャン	4.00	4.00	小麦、大豆、ごま
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
ごま油	0.30	0.30	ごま
三温糖	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
水	30.00	30.00	
きゅうり(生)	20.41	20.00	
プレスハム(短冊)	10.00	10.00	豚肉
もやし(生)	20.00	20.00	
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
チョレギドレッシング(調理用)	4.00	4.00	小麦、大豆、ごま

センター調理小学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和8年7月10日 金曜日

<献立名> たんたんめん 牛乳 揚げしゅうまい 冷凍みかん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ホット中華めん (低)	1個	60.00	小麦
ホット中華めん (中)	1個	70.00	小麦
ホット中華めん (高)	1個	80.00	小麦
豚肉 (もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
チンゲンサイ (生)	11.76	10.00	
えのきたけ (バラカット)	8.00	8.00	
ながねぎ (生)	8.33	5.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
にんにく (生)	0.22	0.20	
しょうが (生)	0.25	0.20	
ねりごま	10.00	10.00	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.00	1.00	
みそ (赤)	6.50	6.50	大豆
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
黒ソース (冷凍)	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
中華スープのもと	1.50	1.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
トウバンジャン	0.10	0.10	
食塩	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.03	0.03	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ポークしゅうまい (冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
冷凍みかん	1個	70.00	

センター調理小学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和8年7月13日月曜日

<献立名> ごはん 牛乳 冬瓜のみそ汁 鶏のから揚げ もやしのごま和え

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
とうがん(角切り)	25.00	25.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
だしのもと	1.20	1.20	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	150.00	150.00	
鶏むね肉(皮なし)	2個	50.00	鶏肉
しょうが(生)	0.50	0.40	
にんにく(生)	0.22	0.20	
三温糖	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	1.20	1.20	

<献立名> メキシカンライス 牛乳 ポソレ風スープ 白身魚のトマトサルサがけ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
鶏むねこま(皮つき)	18.00	18.00	鶏肉
たまねぎ(生)	19.15	18.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
青ピーマン(生)	3.53	3.00	
パプリカ(赤)	3.33	3.00	
コンソメのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉
カレー粉	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
なたね油	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
にんにく(生)	0.22	0.20	
じゃがいも(生)	22.22	20.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
ホールコーン(冷凍)	15.00	15.00	
白いんげん(レトルト)	8.00	8.00	
オリーブ油	0.50	0.50	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
こしょう(白)	0.01	0.01	
食塩	0.80	0.80	
水	150.00	150.00	
ほき(でん粉付き・冷凍)	1個	40.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
トマト(カット)	10.00	10.00	
たまねぎ(生)	8.51	8.00	
三温糖	0.05	0.05	
オリーブ油	1.00	1.00	
レモン汁	0.10	0.10	
チリパウダー	0.10	0.10	
食塩	0.10	0.10	

センター調理小学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和8年7月15日水曜日

<献立名> 黒パン 牛乳 コーンポタージュ 焼きウインナー 花野菜のサラダ 豆乳クリーム大福

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
黒パン (低)	1個	30.00	小麦、大豆
黒パン (中)	1個	40.00	小麦、大豆
黒パン (高)	1個	50.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ホールコーン (冷凍)	25.00	25.00	
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
クリームコーン (冷凍)	28.00	28.00	
ホワイトルウ	6.00	6.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	70.00	70.00	乳
パセリ (乾)	0.02	0.02	
食塩	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	0.30	0.30	
水	70.00	70.00	
ウインナーソーセージ	2個	30.00	豚肉
ブロッコリー (冷凍)	30.00	30.00	
カリフラワー (冷凍)	10.00	10.00	
ごまドレッシング (ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま
モチクリームバニラ (冷凍)	1個	25.00	大豆