



川口市マスコット「きゅぼらん」

令和8年

9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	スプーン	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)
2	水	○	ごはん	牛乳	タコライス 中華風コーンスープ フライドポテト	米 なたね油 ごま油 ごま じやがいも バーム油	牛乳 ぶた肉 大豆 とり肉	にんにくたまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし ほうれんそう	747	26.7
3	木		ホット中華めん	牛乳	長崎ちゃんぽん 揚げぎょうざ チンゲンサイとベーコンのソテー	中華めん なたね油 でんぶん ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 かまぼこ 豆腐 ベーコン	はくさい ながねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ チンゲンサイ たまねぎ	776	34.1
4	金		ごはん	牛乳	具だくさんみそ汁 鶏肉のごまだれ 和風サラダ	米 さといも さとう ごま なたね油	牛乳 とうふ 油揚げ みそ とり肉 ハム	こまつな たまねぎ だいこん にんじん もやし とうもろこし きゅうり	761	29.4
7	月	○	メロンパン	牛乳	ミネストローネ 豆乳野菜グラタン 三色ソテー	パン マカロニ オリーブ油 さとう ショートニング なたね油 じゃがいも	牛乳 ベーコン いんげん豆 ソーセージ 豆腐	キャベツ たまねぎ にんじん パプリカ トマト かぼちゃ にんにく ほうれんそう	758	21.0
8	火		ごはん	牛乳	せんべい汁 白身魚のレモン風味 磯香和え	米 せんべい なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ たら あおさ かつお節	ごぼう にんじん だいこん しいたけ こまつな ながねぎ レモン ほうれんそう はくさい	748	29.2
9	水	○	麦ごはん	牛乳	カレーライス マカロニサラダ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 バーム油 さとう なたね油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ	牛乳 ぶた肉 レバー	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ とうもろこし	772	21.7
10	木		地粉うどん	牛乳	豚なすうどん ちくわの磯辺揚げ にんじんしりしり	うどん さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 ぶた肉 油揚げ 焼きちくわ あおさ ツナ	なす にんじん たまねぎ ほうれんそう もやし	748	32.7
11	金		わかめごはん	牛乳	呉汁 厚焼きたまご こんにゃくの炒め煮	米 じゃがいも なたね油 さとう 植物油	牛乳 ぶた肉 油揚げ 大豆 みそ たまご とり肉 わかめ	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ さやえんどう	755	28.7
14	月	○	ロールパン	牛乳	野菜スープ ポークソテーマトソース いんげんとコーンのソテー	パン じゃがいも 小麦粉 なたね油	牛乳 ベーコン ぶた肉	にんじん たまねぎ ほうれんそう にんにく エリンギ さやいんげん とうもろこし トマト	767	28.5
今年度のテーマは、「給食で魚について知ろう！」です。										
15	火		ごはん	牛乳	みぞれ汁 太刀魚フライ ひじきの煮物	米 でんぶん なたね油 さとう パン粉 小麦粉	牛乳 とり肉 油揚げ たちうお ひじき ぶた肉	にんじん だいこん ながねぎ ごぼう えだめし しいたけ	755	24.5
太刀魚は今が旬の魚です。細長く平たい刀のような形が特徴の白身魚で、DHA・EPAが豊富です。										
16	水	○	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい もやしのナムル	米 ごま油 さとう なたね油 でんぶん ラー油 パン粉 でんぶん	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 こまつな	757	29.3
17	木		ソフトめん	牛乳	和風スープバゲティ チキンナゲット 花野菜のサラダ	ソフトめん オリーブ油 でんぶん なたね油 パン粉 ごま ドレッシング 小麦粉	牛乳 ベーコン とり肉	たまねぎ にんじん ぶなしめじ えのきたけ こまつな にんにく ブロッコリー カリフラワー	767	32.3
18	金		ごはん	牛乳	秋の香りごはん 月見団子汁 和風おろしハンバーグ 月見ゼリー	米 さつまいも なたね油 さとう じゃがいも でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ 大豆	にんじん ぶなしめじ しいたけ れんこん だいこん ごぼう ながねぎ こまつな かぼちゃ たまねぎ りんご みかん	800	24.6
28	月	○	子供パン	牛乳	コーンポタージュ メンチカツ キャベツソテー	パン 小麦粉 ラード なたね油 パン粉	牛乳 ぶた肉 ベーコン 脱脂粉乳	たまねぎ とうもろこし パセリ キャベツ にんじん	800	28.1
29	火		ごはん	牛乳	トック入リスープ スタミナ焼肉 冷凍みかん	米 トック なたね油 でんぶん 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 たまねぎ にんじん ながねぎ しょうが にんにく キャベツ なら みかん	746	27.6
30	水		ごはん	牛乳	切り干し大根のごまみそ汁 さんまのかば焼き風 白菜のおかか煮	米 ごま なたね油 さとう でんぶん	牛乳 油揚げ みそ さんま かつお節	切干大根 にんじん ながねぎ ほうれんそう はくさい	769	24.6

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、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。

・「スプーン」○印の日のみ、学校給食センターより給食時にスプーンを用意いたします。

○印のある日ない日に関わらず、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
9月分	8月31日（月）
10月分	9月30日（水）

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 →

・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。