川口市マスコット「きゅぽらん」

♡毎月19日は食育の日です♡

令和8年
11月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
自校調理小学校

※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)
2	月	彩の国おこわ	牛乳	厚焼きたまご せんべい汁	米 もち米 なたね油 ごま さといも せんべい でんぷん さとう	牛乳 油揚げ 大豆 たまご とり肉	にんじん ぶなしめじ ごぼう だいこん ながねぎ	610	23.3
4	水	ごはん	牛乳	肉じゃが のっぺい汁	米 じゃがいも さとう でんぷん	牛乳 ぶた肉 とり肉 油揚げ	たまねぎ にんじん だいこん ごぼう れんこん ながねぎ しょうが	592	22.1
5	木	ごはん	牛乳	スタミナ焼き肉 わんたんスープ	米 なたね油 さとう ごま 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん ながねぎ にら しょうが にんにく キャベツ たまねぎ もやし ほうれんそう	600	26.4
6	金	ロールパン コッペ	牛乳	ポークビーンズ フルーツカクテル	パン なたね油 じゃがいも さとう 水あめ	牛乳 ぶた肉 大豆 寒天	たまねぎ にんじん マッシュルーム もも りんご ナタデココ ぶどう	644	22.5
9	月	酢めし	牛乳	鉄骨いなりちらし 鋳物汁 川口いちごゼリー	米 さとう ごま なたね油 ごま油 植物油 水あめ	牛乳 とり肉 油揚げ ひじき えび たまご とうふ みそ	にんじん たまねぎ いちご レモン	618	21.4
10	火	ソース 焼きうどん	牛乳	川口ポテトコロッケ みかん	うどん なたね油 じゃがいも パン粉	牛乳 ぶた肉 あおさ かつお節	たまねぎ にんじん キャベツ もやし ぶなしめじ みかん	589	19.5
11	水	カレーピラフ	牛乳	いかナゲット ソーセージとキャベツのスープ	米 なたね油 パン粉	牛乳 とり肉 いか たちうお ソーセージ	たまねぎ にんじん キャベツ	590	21.1
12	木	ごはん	牛乳	さんまのかば焼き 茎わかめ入り五目きんぴら 大根のみそ汁	米 なたね油 さとう でんぷん	牛乳 さんま ぶた肉 茎わかめ 油揚げ みそ	ごぼう にんじん しいたけ だいこん ほうれんそう	605	22.1
13	金	子供パン	牛乳 コーヒー飲料	チキンクリームシチュー 野菜サラダ	パン さとう じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー とうもろこし	610	22.6
16	月	ごはん	牛乳	マーボーどうふ 中華風コーンスープ	米 なたね油 さとう でんぷん ごま油	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ とり肉 たまご	にんじん たまねぎ ながねぎ しいたけ にんにく しょうが とうもろこし ほうれんそう	613	25.5
17	火	地粉うどん	牛乳	おっきりこみ ゼリーフライ りんご	うどん さといも なたね油 じゃがいも 小麦粉	牛乳 とり肉 油揚げ おから	にんじん だいこん はくさい ながねぎ しいたけ りんご たまねぎ	586	20.2
18	水	麦ごはん	牛乳	カレーライス 小松菜としめじのソテー	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳 ベーコン	たまねぎ にんじん しょうが にんにく こまつな ぶなしめじ	597	24.2
19	木	わかめごはん	牛乳	とりのから揚げ 白菜のみそ汁	米 でんぷん なたね油 さつまいも	牛乳 わかめ とり肉 厚揚げ みそ	しょうが はくさい たまねぎ	634	25.9
20	金	はちみつパン	牛乳	ハンバーグデミグラスソース ブロッコリー ペイザンヌスープ	パン はちみつ なたね油 小麦粉 ラード じゃがいも	牛乳 とり肉 ソーセージ	たまねぎ マッシュルーム ブロッコリー にんじん かぶ はくさい トマト	583	23.0
24	火	ホット 中華めん	牛乳	和だしラーメン みそポテト	中華めん なたね油 ごま油 じゃがいも 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉 なると いわし粉 みそ	メンマ もやし にんじん ながねぎ にんにく しょうが こまつな	613	21.1
25	水	ごはん	牛乳	とりのさっぱり煮 水ぎょうざスープ 韓国のり	米 さとう 小麦粉 ごま油	牛乳 とり肉 うずら卵 ぶた肉 のり	しょうが にんにく たまねぎ にんじん もやし ほうれんそう キャベツ	631	26.5
26	木	ごはん	牛乳	さばのみそ煮 けんちん汁 彩の国納豆	米 さといも なたね油 さとう	牛乳 さば みそ とうふ 納豆	だいこん にんじん ごぼう ながねぎ	629	25.4
27	金	揚げパン （ココア）	牛乳	豆乳クリームスープ みかん	パン なたね油 さとう 小麦粉 ココア	牛乳 ぶた肉 豆乳	たまねぎ にんじん みかん	608	20.6
30	月	しゃくし菜 ごはん	牛乳	小いわしフライ さつま汁 ゆずゼリー	米 なたね油 ごま パン粉 小麦粉 さつまいも 水あめ さとう	牛乳 油揚げ いわし とり肉 みそ	しゃくしな だいこん にんじん ごぼう ながねぎ ゆず	592	19.7

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。

・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。

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→