

♡毎月19日は食育の日です♡

令和8年
12月
学校給食共同献立表

川口市教育委員会
自校調理中学校

※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 主食	飲み物	おかず	主な食品 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	栄養価 エネルギー(kcal)	たん白質(g)
1	火	ごはん	牛乳	こしね汁 さばのカレー竜田揚げ 枝豆のサラダ	米 なたね油 ドレッシング でんぷん	牛乳 油揚げ みそ さば	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ しいたけ しょうが えだまめ もやし	787	25.2
2	水	＜学校給食メニューコンクール＞東中学校の生徒が考えた献立です。　テーマは、『食べて体験！川口の歴史とはぐくむ冬の鉄分給食』です。							
		ごはん	牛乳	川口ベーゴマ風！！焼きつくね丼 鋳物高炉風冬根菜のあったか生姜スープ 小松菜とひじきのシャキシャキ鉄分サラダ ミニ青りんごゼリー	米 さとう ごま でんぷん ごま油 ドレッシング	牛乳 とり肉 ぶた肉 とうふ 油揚げ ひじき	たまねぎ だいこん にんじん れんこん ながねぎ しょうが こまつな りんご	748	26.0
3	木	ゆでスパゲティ	牛乳	スパゲティボローニャソース コーンフライ みかん	スパゲティ オリーブ油 小麦粉 ラード さとう でんぷん パン粉 なたね油	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく トマト みかん とうもろこし	891	28.8
4	金	ごはん	牛乳	玄米団子汁 いろどりたまご焼き 厚揚げのピリ辛炒め	米 玄米 なたね油 さとう ごま	牛乳 みそ たまご 厚揚げ ぶた肉	だいこん にんじん ごぼう こまつな ながねぎ たまねぎ にら しょうが にんにく	748	23.3
7	月	はちみつパン	牛乳	ニョッキのクリームスープ 川口さといもコロッケ コーンサラダ	パン はちみつ ニョッキ なたね油 小麦粉 ラード パン粉 さといもドレッシング	牛乳 ベーコン わかめ 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ エリンギ とうもろこし	799	24.2
		今年度の給食テーマ 『給食で魚について知ろう！』							
8	火	ごはん	牛乳	とん汁 たらのゆず香和え もやしのサラダ	米 なたね油 さとう でんぷん ドレッシング	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ たら	にんじん だいこん ながねぎ ごぼう ゆず もやし こまつな	747	29.3
9	水	ごはん	牛乳	ねぎ塩丼 せんべい汁 青のりポテト	米 なたね油 ごま ごま油 せんべい じゃがいも	牛乳 ぶた肉 とり肉 油揚げ あおさ	もやし ながねぎ にんにく レモン にんじん しいたけ はくさい だいこん ごぼう	751	32.1
10	木	蒸し中華めん	牛乳	とんこつラーメン ぎょうざ ミニトマト	中華めん 水あめ なたね油 ごま でんぷん ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉	にんじん キャベツ にら ながねぎ きくらげ しょうが にんにく トマト	813	29.2
11	金	チキンライス	牛乳	ふわとろオムライス ウインナーと白菜のスープ 彩りソテー	米 植物油 なたね油	牛乳 とり肉 たまご 脱脂粉乳 ソーセージ ベーコン	トマト たまねぎ にんじん はくさい キャベツ とうもろこし	795	24.6
14	月	ロールパン	牛乳	ヌードルスープ クリスピーチキン ブロッコリーと根菜のサラダ	パン 米粉めん なたね油 パン粉 ドレッシング	牛乳 とり肉	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし パセリ ブロッコリー だいこん	773	24.9
15	火	ごはん	牛乳	鶏ごぼうごはん だいこんのみそ汁 さんまのかんろ煮	米 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 とうふ みそ さんま	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ だいこん こまつな しょうが	754	27.3
16	水	＜学校給食メニューコンクール＞　十二月田中学校の生徒が考えた献立です。　テーマは、『埼玉の恵みでメリクリ！！冬至も楽しむ星空給食』です。							
		ごはん	牛乳	白菜と肉だんごの「聖夜」マカロニスープ 豚肉のトマトBBQソースがけ 小松菜とコーンのソテー ゆずゼリー	米 マカロニ なたね油 さとう 水あめ でんぷん	牛乳 とり肉 ぶた肉	はくさい にんじん たまねぎ ほうれんそう にんにく しょうが こまつな とうもろこし	798	30.5
17	木	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ わかめのサラダ	うどん なたね油 さとう 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 油揚げ 焼きちくわ あおさ わかめ	にんじん たまねぎ ながねぎ こまつな キャベツ	750	30.7
18	金	ごはん	牛乳	呉汁 白ごまつくねのゆずソースがけ さといものうま煮	米 じゃがいも なたね油 さとう でんぷん ごま さといも	牛乳 ぶた肉 大豆 油揚げ みそ とり肉	にんじん だいこん ながねぎ たまねぎ ゆず さやいんげん	794	28.2
21	月	ツイストパン	牛乳	パンプキンポタージュ 白身魚の香草フライ 花野菜サラダ	パン なたね油 小麦粉 ラード パン粉 でんぷん ドレッシング	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 ほき	たまねぎ かぼちゃ バジル ブロッコリー カリフラワー	772	29.3
22	火	ごはん	牛乳	ハヤシライス 温野菜サラダ 米粉のクリスマスチョコケーキ	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう ごま ドレッシング ヤシ油 米粉 ココア	牛乳 ぶた肉 わかめ 豆乳	たまねぎ にんじん トマト キャベツ とうもろこし	812	22.4

川口市の学校給食では、カシューナッツ、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、くるみ、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」〇印の日のみ、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。
〇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。

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

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
1月分	12月28日（月）
2月分	2月1日（月）

・口座へのご入金は、振替前日までにお願いいたします。

・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。

←献立日誌のページ
食品一覧表のページ→

