

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
12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)
1	火	地粉うどん	牛乳	かきたまうどん 川口さといもコロッケ 五色なます	うどん でんぷん さといも パン粉 なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 たまご 油揚げ	にんじん ながねぎ たまねぎ ほうれんそう だいこん きゅうり しいたけ	595	24.7
2	水	ごはん	牛乳	たらのごまみそあえ ちゃんこ汁	米 なたね油 さとう ごま ごま油 でんぷん	牛乳 たら みそ ぶた肉 とり肉 油揚げ	にんじん はくさい ながねぎ ごぼう えのきたけ しょうが にら たまねぎ	634	27.1
3	木	チャーハン	牛乳	タッカルビ風スープ はやか	米 ごま油 さとう トック 植物油脂 水あめ	牛乳 焼き豚 たまご とり肉	にんじん たまねぎ ながねぎ ピーマン キャベツ にんにく しいたけ にら はやか	596	24.5
4	金	メロンパン	牛乳	チキンクリームシチュー 野菜サラダ	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 わかめ	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ ブロッコリー とうもろこし	652	28.5
7	月	ごはん	牛乳	ハンバーグステーキ 野菜炒め ソーセージと白菜のスープ	米 なたね油 さとう ラード	牛乳 とり肉 ぶた肉 ソーセージ 大豆	たまねぎ にんにく にんじん とうもろこし キャベツ はくさい パセリ	607	22.5
8	火	ホット中華めん	牛乳	みそラーメン てり焼きまん	中華めん なたね油 ごま油 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉	にんじん もやし ながねぎ にんにく ほうれんそう	592	26.7
9	水	麦ごはん	牛乳	ビーフカレー ほうれんそうのソテー	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード	牛乳 牛肉 チーズ 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ほうれんそう とうもろこし	614	22.3
10	木	中華おこわ	牛乳	春巻 わかめスープ	米 もち米 なたね油 ごま油 でんぷん 小麦粉	牛乳 ぶた肉 わかめ	しょうが にんじん たけのこ しいたけ ながねぎ ほうれんそう	624	18.7
11	金	ツイスト揚げパン (塩キャラメル)	牛乳	ポトフ みかん	パン なたね油 じゃがいも さとう	牛乳 ぶた肉 ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ みかん	587	24.8
14	月	ごはん	牛乳	マーボーどうふ フルーツカクテル	米 なたね油 さとう でんぷん ごま油 ラー油 水あめ	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ 寒天	にんじん ながねぎ にんにく しいたけ もも りんご ナタデココ ぶどう	603	23.3
15	火	地粉うどん	牛乳	けんちんうどん ちくわの磯辺揚げ もやしのおかか炒め	うどん さといも なたね油 小麦粉	牛乳 とり肉 とうふ 油揚げ 焼きちくわ あおさ かつお節	だいこん にんじん ごぼう もやし	630	27.0
16	水	ごはん	牛乳	豚肉とうずらの卵のうま煮 たまねぎのみそ汁	米 さといも なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 うずら卵 油揚げ わかめ みそ とうふ	だいこん にんじん しょうが にんにく チンゲンサイ たまねぎ	603	27.8
17	木	くわいごはん	牛乳	わかさぎの天ぷら 豚汁	米 もち米 なたね油 小麦粉 大豆油	牛乳 とり肉 わかさぎ ぶた肉 とうふ みそ	にんじん ぶなしめじ くわい だいこん ごぼう ながねぎ	589	27.3
18	金	フラワーロール	牛乳	フライドチキン かぼちゃのミネストローネ ◎チョコレートケーキ (代替食　米粉のチョコレートケーキ)	パン 小麦粉 でんぷん なたね油 マカロニ チョコレート(さとう) (やし油)(米粉)(ココア)	牛乳 とり肉 ベーコン たまご 乳製品(豆乳)	たまねぎ にんじん キャベツ にんにく トマト かぼちゃ	672	29.2
21	月	ごはん	牛乳	さばの幽庵焼き 小松菜としめじの炒め物 さつま汁	米 なたね油 さとう さつまいも	牛乳 さば とり肉 油揚げ みそ	こまつな ぶなしめじ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ ゆず	660	27.0
22	火	ホット中華めん	牛乳	五目ラーメン ぎょうざ りんご	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが しいたけ ほうれんそう りんご	596	24.6

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。

・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→



問い合わせ…資源循環課　✆048-228-5370　FAX048-228-5322