



平成31年  
4月  
川口市マスコット「きゅぼらん」

# 学校給食共同献立表

川口市教育委員会

自校調理中学校

※ 献立表は、主に使用している食品であり、全ての食品についての記載はありませんのでご了承ください。									
日 曜	献 立 名			主 な 食 品			栄 養 価		
	主 食	飲 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)	
10	水	麦ごはん	牛乳	カレーライス 温野菜サラダ お祝いいちごゼリー	米 麦じゃがいも ラード 小麦粉 なたね油 ドレッシング ごま さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ	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 いちご	817	26.4
11	木	蒸し中華めん	牛乳	コーンラーメン 山賊揚げ ミニトマト	中華めん ごま油 なたね油 でんぷん	牛乳 ぶた肉 わかめ とり肉	にんじん もやし キャベツ ながねぎ とうもろこし にんにく しょうが ミニトマト	780	37.7
『不足しがちな栄養素が入っている食べ物を知ろう』1学期のテーマ：食物せんい 今月の食べ物：切り干し大根									
12	金	ごはん	牛乳	春野菜のみそ汁 あじフライ 切り干し大根の煮物	米 なたね油 じゃがいも さとう でんぷん パン粉	牛乳 ぶた肉 油揚げ わかめ みそ さつまあげ あじ	キャベツ たまねぎ さやえんどう 切干大根 にんじん	757	27.5
切り干し大根には、食物繊維が豊富に含まれます。食物繊維は主にお腹の調子を整えるはたらきがあります。									
15	月	ごはん	牛乳	たまねぎのみそ汁 和風きのこハンバーグ 五目きんぴら	米 じゃがいも さとう でんぷん なたね油 ラード	牛乳 油揚げ わかめ みそ とり肉 さつまあげ	たまねぎ えのきたけ しめじ しいたけ だいこん ごぼう にんじん えだまめ	776	28.0
16	火	ごはん	牛乳	四川豆腐 パオズ 洋なし	米 さとう ごま油 でんぷん なたね油 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉	たまねぎ たけのこ にんじん しいたけ しょうが にんにく 洋なし	796	30.7
17	水	ごはん	牛乳	にらとえのきのかきたま汁 ほきののりごま揚げ ふきのどり辛炒め	米 でんぷん さとう なたね油 パン粉	牛乳 たまご とり肉	にんじん たまねぎ にら えのきたけ ふき れんこん	777	27.5
18	木	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ほきののりごま揚げ 清見オレンジ	うどん さとう なたね油 パン粉 ごま	牛乳 ぶた肉 油揚げ ほき	にんじん たまねぎ ながねぎ ほうれんそう オレンジ	760	30.9
19	金	ごはん	牛乳	けんちん汁 さばの辛味焼き ひじきの五目煮	米 さといも なたね油 さとう	牛乳 とうふ 油揚げ さば ひじき ぶた肉 大豆	だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが	776	28.7
22	月	フラワーパン	牛乳	コーンチャウダー ささみのレモン風味 ミニトマト	パン じゃがいも なたね油 ラード 小麦粉 でんぷん さとう	牛乳 ベーコン とり肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ とうもろこし レモン ミニトマト	803	36.0
23	火	春の香ごはん	牛乳	せんべい汁 厚焼たまご 米粉のももタルト	米 なたね油 さとう せんべい 水あめ	牛乳 ぶた肉 とり肉 油揚げ たまご	菜の花 たけのこ ふき にんじん はくさい だいこん ごぼう もも	858	29.1
24	水	ごはん ふりかけ	牛乳	じゃがいものみそ汁 かつおの竜田揚げ わかめのサラダ	米 じゃがいも なたね油 ドレッシング でんぷん ごま 小麦粉 さとう	牛乳 油揚げ みそ かつお わかめ	たまねぎ ごまつな にんじん キャベツ とうもろこし	752	29.0
25	木	蒸し中華めん	牛乳	マーボー麺 春巻 デコボン	中華めん さとう でんぷん なたね油 ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ	にんにく しょうが たまねぎ ながねぎ デコボン にんじん	961	29.7
26	金	ごはん	牛乳	トック入りスープ 豚キムチ炒め にらまんじゅう	米 トック なたね油 さとう ごま 小麦粉	牛乳 とり肉 わかめ ぶた肉 みそ	にんじん たまねぎ えのきたけ キムチ キャベツ にら ながねぎ しょうが	782	32.0

・都合により食材料を変更す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いたします。

・食物アレルギー・献立表に記載されていない微量の食品については、学校にご相談ください。

また、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」を各学校あて送付及び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。



ご入学・ご進級おめでとうございます



川口市マスコット  
「きゅぼらん」

川口市では、中学校26校のうち、3校で自校調理方式による学校給食を実施しています。

自校調理中学校（3校）

鳩ヶ谷中学校・八幡木中学校・里中学校

## 次回給食費口座引落日のご案内

対象給食月	口座振替日	
4・5月分	5月31日(金)	5月30日(木) までに入金をお願いします

上記日程となりますので、所定の日にかまに学校給食費自動引落口座へ必ずご入金をお願いいたします。