

♡毎月19日は食育の日です♡



令和6年
3月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
センター調理小学校
(新郷・南平センター献立)

川口市マスコット「きゅぼらん」

※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)
1	金		地粉うどん	牛乳	ひなまつりうどん 野菜のかき揚げ ひなあんれ	うどん なたね油 小麦粉 米 さとう 水あめ	牛乳 とり肉 わかめ かまぼこ	にんじん たまねぎ 菜の花	619	18.6
4	月		ごはん	牛乳	わんたんスープ 豚肉のしょうが焼き もやしのナムル	米 ごま油 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ こまつな しょうが もやし だいこん	616	23.7
今年度のテーマ:『味わおう!日本各地の郷土料理』 今月は『東京都』										
5	火	○	酢めし	牛乳	あなごのちらし寿司 ちゃんこ鍋 小松菜メンチカツ	米 さとう なたね油 水あめ パン粉	牛乳 あなご たまご 油揚げ とり肉 大豆	れんこん にんじん しいたけ だいこん はくさい ぶなしめじ たまねぎ こまつな	638	22.9
「あなごのちらし寿司」は「江戸前寿司」を給食用にアレンジしました。小松菜は東京が発祥の野菜です。										
6	水	○	黒パン	牛乳	コーンポタージュ 焼ウインナー ブロッコリーと根菜のサラダ	パン 黒とう なたね油 小麦粉 ラードドレッシング ごま コーンスターチ	牛乳 ソーセージ 脱脂粉乳	たまねぎ とうもろこし ブロッコリー にんじん だいこん パセリ	589	21.8
7	木		ごはん	牛乳	春野菜のみそ汁 さばの辛味焼き きんぴられんこん	米 じゃがいも ごま なたね油 さとう	牛乳 みそ さば さつま揚げ	キャベツ たまねぎ さやえんどう れんこん にんじん しょうが	601	21.5
8	金		ソフトめん	牛乳	ごぼうにやみートソーススパゲティ かぼちゃコロッケ デコボン	ソフトめん さとう でんぶ なたね油 パン粉 小麦粉	牛乳 ぶた肉	しょうが にんにく ごぼう たまねぎ にんじん トマト パセリ かぼちゃ デコボン(しらぬい)	614	21.0
11	月		ごはん	牛乳	切り干し大根のごまみそ汁 あんかけ豆腐ハンバーグ 海藻サラダ	米 ごま さとう でんぶ ドレッシング	牛乳 油揚げ みそ とうふ とり肉 大豆 こんぶ わかめ ぶりのり	切干大根 にんじん たまねぎ こまつな もやし	608	19.7
12	火		ごはん	牛乳	春野菜のすいとん いわしのみぞれ煮 ほうれんそうとえのきの煮びたし	米 すいとん さとう	牛乳 とり肉 いわし	にんじん ごぼう ながねぎ キャベツ ほうれんそう えのきたけ だいこん	604	23.8
13	水	○	ツイストパン	牛乳	オニオンスープ ミートボールのトマトソースがけ 枝豆のサラダ	パン なたね油 オリーブ油 さとう 大豆油 ドレッシング でんぶ	牛乳 ベーコン とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ にんにく トマト えだまめ もやし パセリ	589	21.1
14	木	○	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん じゃがいものみそ汁 厚焼たまご	米 なたね油 さとう じゃがいも でんぶ	牛乳 凍り豆腐 ぶた肉 油揚げ わかめ みそ たまご	にんじん ながねぎ たまねぎ	589	23.8
15	金		ホット中華めん	牛乳	五目ラーメン ミニ春巻 野菜の中華風煮	中華めん なたね油 でんぶ ごま油 さとう 小麦粉	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんじん キャベツ ながねぎ もやし しょうが にんにく だいこん チンゲンサイ	630	22.5
18	月	○	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 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラードドレッシング さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく キャベツ だいこん いちご	591	18.3

川口市の学校給食では、そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、くるみ、まつたけ、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。
- ・アレルギー物質など献立表に記載されていない微量の食品については、学校をおとして給食センターにご相談ください。
- 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
3月分	2月29日(木)

- ・口座へのご入金は、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、学校にお問合せください。



← 献立日誌のページ
食品一覧表のページ →



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

