



♡毎月19日は食育の日です♡

令和7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」

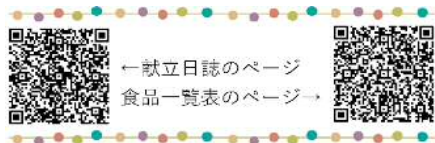
※この献立表には、全ての食品の記載はありませんのでご了承ください。詳細は食品一覧表、献立日誌をご確認ください。

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	おもに体をつくる食品	おもに体の調子を整えるものになる食品	エネルギー(kcal)	たん白質(g)
3	月	○	酢めし	牛乳	ひな寿司 梅型ふ入りすまし汁 いろどりたまご焼き ひなあられ	米 なたね油 さとう 水あめ 植物油	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ わかめ たまご	にんじん さやえんどう ながねぎ ほうれんそう	657	24.0
4	火	○	ドライカレー	牛乳	キャベツと肉団子のスープ たらポーションフライ 海藻サラダ 米粉のいちごクレープ	米 なたね油 米粉 さとう ごま 米粉 小麦粉 じゃがいも やし油 でんぶん ドレッシング	牛乳 ぶた肉 とり肉 たらこんぶ わかめ ふのり 豆乳	キャベツ にんじん とうもろこし ほうれんそう もやし グリンピース たまねぎ いちご	715	26.3
5	水	○	さきたまライス ボール	牛乳 コーヒー 飲料	ラビオリスープ ポテトコロッケ ミニトマト	パン でんぶん 小麦粉 じゃがいも なたね油 さとう 米粉 米粉	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう トマト	630	21.0
6	木	○	ごはん	牛乳	フルコギトッパ トック入りスープ しゅうまい	米 ごま油 ごま さとう でんぶん トック なたね油 小麦粉	牛乳 わかめ ぶた肉	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン えのきたけ	590	24.0
7	金		ソフトめん	牛乳	スパゲティポローニャソース コーンフライ 豆乳プリン	ソフトめん なたね油 小麦粉 ラード でんぶん さとう 水あめ 植物油	牛乳 ぶた肉 豆乳	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく とうもろこし トマト	687	24.1
今年度のテーマは「丈夫な体をつくらう!」3学期は「免疫力アップ」										
10	月		わかめごはん	牛乳	呉汁 さばの塩こうじ焼き きんぴらごぼう	米 じゃがいも なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 大豆 油揚げ みそ さば さつま揚げ わかめ	にんじん だいこん ながねぎ ごぼう	665	27.0
大豆・油揚げ・みそ・さば・さつま揚げなどのたんぱく質をとることで、免疫力がアップします。										
11	火		ごはん ふりかけ	牛乳	せんべい汁 白ごまつくね 小松菜のサラダ	米 せんべい さとう でんぶん ごま ドレッシング	牛乳 とり肉 油揚げ のり かつお	にんじん しいたけ ながねぎ だいこん ごぼう こまつな もやし たまねぎ	613	23.1
12	水	○	メロンパン	牛乳	野菜スープ 川口さといもコロッケ 枝豆のサラダ	パン なたね油 さといも 米粉 ドレッシング	牛乳 ベーコン とり肉 おから	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし えだまめ もやし	627	19.8
13	木	○	麦ごはん	牛乳	カレーライス 温野菜サラダ 乳酸菌飲料	米 麦 じゃがいも なたね油 さとう 小麦粉 ラード ドレッシング	牛乳 豆乳 わかめ ぶた肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ しょうが にんにく キャベツ とうもろこし	661	19.2
14	金		ホット中華めん	牛乳	五目ラーメン 春巻 デコボン	中華めん なたね油 でんぶん 小麦粉	牛乳 ぶた肉	にんじん キャベツ ながねぎ もやし しょうが デコボン(しらぬい)	651	21.7
17	月	○	チキンライス	牛乳	オニオンスープ ハンバーグデミグラスソース 彩りソテー 米粉のお祝いいちごケーキ	米 オリーブ油 なたね油 米粉 さとう 小麦粉 植物油	牛乳 ベーコン 豆乳 とり肉 大豆	にんじん たまねぎ キャベツ とうもろこし トマト いちご	697	22.7

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、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」○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問わず、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、学校をとお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。



←献立日誌のページ
食品一覧表のページ→

あなたはひとりじゃない

人には言えない悩みごとを、ひとりでかかえて苦しんでいませんか。
もやもやをぬき出すための相談窓口をご紹介します。

みなさんのためのヒントです。下の二次元コードをスマホでスキャンしてください。



※個人情報(なまえ、住んでいるところ、電話番号など)を入力する画面はありません。

※いきなり相談窓口につながることはありません(チャットボットの質問に答えていくと、最後に相談場所のホームページが表示されます)。

あなたのための無料の相談場所を気楽な気持ちでさがしてみてください。

出典：内閣府「相談窓口」

科学展示室
科学ものづくり教室 入門!電気工作
3月22日(土)/23日(日)
11:00~12:00 「ロボットダック」
13:00~14:00 「マクネシウム燃料電池カー」
1,200円(税込) 1,800円(税込)

材料費 有料

メカモグラビックコースターナメント
3月22日(土) 10:00~13:30 「体験会」「トーナメント大会」
3月23日(日) 10:00~13:00 「体験会」「トーナメント大会」
14:30~

プラネタリウム

一般投影番組 New!
3月15日(土)より投影開始!
スターリースカイ 天空に舞う星座たち
ペルセウスの勇敢な物語、アリアドネの絶望など、ストーリーに秘められた想いを送りギリシャ神話の色彩豊かな世界へご案内。
※春休み中は毎日投影! 投影日時などの詳細はホームページでご確認ください。
特別投影
星空リラセッション「南半球の星空探訪」
3月15日(土)/16日(日) 15:30~16:20
星空と音楽で過ごす一般(大人)向けの特別投影
BGM=back numberより

朝日環境センターの火災により、特に気をつけていただくごみの出し方

資源循環課048-228-5370

ライター



有害ごみの日



ながみはから

われもの(せともの・ガラス類)



一般ごみの日



かみなどにつつま

リチウムイオン電池及び内蔵小型家電



金属類の日



端子部分をテープ等でふさぐ



朝日環境センター
火災に伴う
情報ページ