



令和6年  
7月

♡毎月19日は食育の日です♡

# 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	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 月	ごはん	牛乳	鶏ごぼうごはん かみなり汁 豚肉のねぎしょうがソース	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ ぶた肉	にんじん ごぼう えたまめ たまねぎ ながねぎ しいたけ ほうれんそう しょうが	682	28.5
2 火	ごはん	牛乳	夏野菜のみそ汁 さばのカレー揚げ 枝豆	米 なたね油 でんぶん	牛乳 油揚げ みそ さば	なす たまねぎ かぼちゃ きやいんげん えたまめ しょうが	644	22.3
3 水	ツイストパン	牛乳	ニョッキのクリームスープ ミートボールのトマトソースがけ もやしのソテー	パン ニョッキ なたね油 小麦粉 オリーブ油 さとう でんぶん ラード	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ にんにく トマト もやし とうもろこし	589	22.3
4 木	ごはん	牛乳	キムチとトックのスープ しゅうまい はるさめサラダ	米 トック はるさめ ドレッシング 小麦粉	牛乳 とり肉 みそ ぶた肉	にんじん もやし たらこ キャベツ とうもろこし たまねぎ	587	21.5
5 金	地粉うどん	牛乳	七タうどん 星のコロッケ 七タゼリー	うどん さとう じゃがいも なたね油 パン粉	牛乳 とり肉 かまぼこ	にんじん ながねぎ たまねぎ レモン ぶどう みかん	617	20.1
8 月	キャロット ピラフ	牛乳	ミネストローネ 白身魚の香草フライ ブロッコリー	米 じゃがいも マカロニ パン 粉 オリーブ油 さとう 植物油 なたね油 ドレッシング	牛乳 ベーコン ほき	たまねぎ にんじん トマト かぼちゃ にんにく とうもろこし ブロッコリー バジル	610	21.3
9 火	ごはん	牛乳	もずくスープ あんかけ豆腐ハンバーグ おかかとじゃこのふりかけ	米 でんぶん さとう ごま油 ごま	牛乳 もずく ぶた肉 大豆 とり肉 かつお節 ちりめんじゃこ とうふ	にんじん たまねぎ えのきたけ しいたけ	627	29.7
10 水	子供パン	牛乳	パンブキンポタージュ ソースかつ ポイルキャベツ	パン なたね油 小麦粉 ラード パン粉	牛乳 ベーコン ぶた肉 脱脂粉乳	たまねぎ かぼちゃ キャベツ	585	25.3
今年度のテーマは「丈夫な体をつくろう！」「学期は「減塩」								
11 木	ごはん	牛乳	ツナ大豆ごはん 冬瓜入りとん汁 鶏肉のさっぱりゆずソースがけ	米 さとう なたね油	牛乳 ツナ 大豆 ぶた肉 とうふ みそ とり肉	にんじん しょうが とうがん だいこん ながねぎ ごぼう ゆず	660	30.2
ツナや大豆のつまみで塩分を減らしてもおいしく食べられます。鶏肉はゆずを味のアクセントにしています。								
12 金	ホット中華めん	牛乳	たんたんめん いかのかりんあげ 冷凍みかん	中華めん なたね油 さとう ごま でんぶん	牛乳 ぶた肉 みそ いか	にんじん えのきたけ ながねぎ チンゲンサイ にんにく しょうが みかん	658	31.3
16 火	ごはん	牛乳	夏野菜のカレーライス 温野菜サラダ ◎シューアイス (代替食:夢オレンジゼリー)	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング ごま 乳製品 ショートニング	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ たまご	にんじん たまねぎ なす かぼちゃ トマト しょうが にんにく キャベツ とうもろこし (夢オレンジ)	641	21.8

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」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いたします。
- ・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。
- ・◎印がついている献立について、食物アレルギーのある児童のうち代替食を希望する方には、代替食を提供します。
- ・それぞれの主な食品は下線、代替食品は括弧書きで表記します。

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
7月分	7月31日(水)
9月分	9月2日(月)



←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

・口座へのご入金、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、学校にお問合せください。

川口市立科学館 夏休み前はこんなイベント! 夏休みになったらこのイベント!

**特別展 スポニツ展2024**

スポーツを新しい視点で見てみよう!

7/15 (月・祝) まで

暑い日も 雨の日も楽しめる 科学館にぜひ遊びに来てね!

自由研究のヒントも見つかるかも!

川口市上青木3-12-18 SKIPシティ内 ☎048-262-8431

このほかにも観劇ショーや  
工作教室など楽しい  
イベントが盛りだくさん!

わくわくワーク 火・木・土 (無料)

どきどきサイエンス 水・金・日・祝 (有料)

スーパーストロケット 星砂でストラップ作り☆

プラネタリウム 一般投影番組組

スペースキッズ 宇宙飛行士とトムとステラ

2053年の宇宙を舞台に宇宙基地で  
暮らし宇宙飛行士のスキルを磨く少年  
少女トムとステラの日常を描いた地球  
(児童の生朗読+番組 約50分)

夏休み中は毎日投影!  
投影日時やそのほかの投影内容は  
ホームページでご確認ください

夏休みおはなし会のお知らせ 川口市立図書館

ちょっと特別なおはなし会に参加しませんか?  
夏にぴったりの、夏休みおはなし会を、川口市立図書館で開催します!

●中央  
7月29日(月)~31日(水)  
幼児の部 14:00~14:30  
小学生の部 15:00~15:40  
7月メデアシアタープレザンテーションスタジオ  
各部30名(先着順) 申込不要  
※7/6~カウンター・電話にて申込受付

●横曽根  
7月27日(土)  
幼児の部 14:30~15:00  
小学生の部 15:10~15:40  
3階 おはなしの部屋 各部20名(先着順)  
※7/6~カウンター・電話にて申込受付

●新郷  
7月27日(土)  
幼児の部 14:30~14:50  
小学生の部 15:00~15:30  
8月6日(火) ちよっこわいおはなし会  
小学生 14:30~15:10  
1階 日本間 申込不要

●前川  
7月24日(水)~26日(金)  
幼児の部 14:30~14:50  
小学生の部 15:00~15:30  
2階 おはなしのへや 申込不要

●戸塚  
7月18日(木)~7月19日(金)  
幼児の部 14:30~14:50  
小学生の部 15:00~15:30  
1階 おはなしのへや 申込不要

●鳩ヶ谷  
7月19日(金)・20日(土)・26日(金)・27日(土)  
幼児の部 14:30~14:50  
小学生の部 15:00~15:30  
1階 おはなしのへや 申込不要

●芝園分室  
7月19日(金)  
4歳~小学生 15:00~15:30 小学生 14:00~14:45  
子ども閲覧室 申込不要

●芝北文庫  
7月24日(水)  
日本間1号 申込不要

詳しくは、お近くの図書館へお尋ねいただくか、または図書館HPをご覧ください。

—川口市公式の地域情報ウェブサイト—

**TRICO** kawaguchi トリコカワグチ