



令和3年
11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、全ての食品は記載して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	麦ごはん	牛乳	チキンカレーライス 海藻サラダ 乳酸菌飲料	米 麦じゃがいも ラード なたね油 小麦粉 ごま ドレッシング さとう	牛乳 とり肉 豆乳 脱脂粉乳 こんぶ わかめ ふのり	しょうが にんにく にんじん たまねぎ トマトりんご もやし	646	19.3
2	火	ごはん	牛乳	かきたま汁 レバーのごまみそ甘辛揚げ 温野菜サラダ	米 でんぶん なたね油 さとう ごまドレッシング	牛乳 たまご ぶたレバー みそ	にんじん たまねぎ しょうが ほうれんそう キャベツ とうもろこし	592	23.2
4	木	ごはん	牛乳	こぎつねごはん まゆ玉汁 さんまの紅葉煮	米 なたね油 さとう 白玉もち	牛乳 ぶた肉 油揚げ さつま揚げ みそ さんま	にんじん さやえんどう だいこん ながねぎ こまつな	650	25.0
5	金	ホット中華めん	牛乳	塩ラーメン 春巻 川口いちごのゼリー	中華めん ごま油 なたね油 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉 わかめ	にんじん もやし ながねぎ キャベツ いちご レモン	658	19.6
8	月	ごはん	牛乳	かてめし いも団子汁 さばの塩こうじ焼き	米 なたね油 さとう じゃがいも でんぶん	牛乳 とり肉 さば 油揚げ 凍り豆腐	にんじん ごぼう ながねぎ ずいき こまつな しいたけ だいこん	622	22.2
9	火	酢めし	牛乳	鉄骨ちらし 鯖物汁 きゅぼらんたまご焼き	米 なたね油 さとう ごま油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 油揚げ えび とうふ ひじき みそ たまご	にんじん たまねぎ ながねぎ	607	24.0
10	水	はちみつパン	牛乳	コーンポタージュ ミートボールのトマトソースがけ りんご	パン はちみつ なたね油 でんぶん 小麦粉 ラード オリーブ油 さとう	牛乳 脱脂粉乳 とり肉 ぶた肉	たまねぎ とうもろこし パセリ にんにく トマトりんご	643	21.3
11	木	ごはん	牛乳	秋野菜のみそ汁 串なし焼き鳥 納豆	米 さつまいも さとう	牛乳 油揚げ みそ とり肉 納豆	にんじん れんこん ぶなしめじ えのきたけ ながねぎ	648	26.7
12	金	ソフトめん	牛乳	スパゲティポロニヤソース さつまいもとかぼちゃのサラダ かき	ソフトめん オリーブ油 さとう 小麦粉 マヨネーズ でんぶん さつまいも ラード 大豆油	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ エリンギ にんにく かぼちゃ えだまめ かき	707	24.6
15	月	ごはん	牛乳	肉じゃが いかのスティックかりんあげ きゅぼらんゼリー(ピーチ)	米 じゃがいも なたね油 さとう でんぶん 粉あめ	牛乳 ぶた肉 いか	にんじん たまねぎ しょうが もも	648	22.8
16	火	ごはん	牛乳	わかめと豆腐のスープ スタミナ焼肉 ミニトマト	米 ごま でんぶん ごま油 なたね油 さとう	牛乳 とうふ わかめ ぶた肉 みそ	にんじん ながねぎ トマト ほうれんそう たまねぎ にら しょうが にんにく	585	22.0
17	水	黒パン	牛乳	むさしのクリームスープ 白身魚デミグラスソースがけ キャベツサラダ	パン 黒とうさつまいも ラード 小麦粉 なたね油 ドレッシング でんぶん	牛乳 とり肉 ほき 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ ブロッコリー キャベツ	605	24.6
18	木	ごはん	牛乳	ごまみそ汁 鶏の照り焼き しゃくし菜ふりかけ	米 じゃがいも ごま さとう なたね油	牛乳 大豆 みそ とり肉 ちりめんじゃこ かつお節	にんじん だいこん ながねぎ ほうれんそう しゃくし菜	614	26.5
19	金	地粉うどん	牛乳	おつきりこみ みそポテト オレンジ	うどん さいとも じゃがいも 小麦粉 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ みそ	にんじん だいこん こまつな しいたけ ながねぎ オレンジ	599	19.6
22	月	ごはん	牛乳	小松菜と鶏肉のみそ汁 かぼちゃコロッケ ごぼうサラダ	米 じゃがいも なたね油 ドレッシング パン粉 小麦粉	牛乳 とり肉 みそ	たまねぎ こまつな かぼちゃ ごぼう にんじん とうもろこし	601	17.1
『給食で世界を旅しよう』今月の国:トルコ共和国									
24	水	子供パン スライス	牛乳	ハフチュショナルバス(バター入り) ケバブ 大豆ヨーグルト	パン バター なたね油 さとう	牛乳 ソーセージ とり肉 大豆	たまねぎ にんじん パセリ とうもろこし	585	24.9
ハフチュショナルバスは、にんじんをバターでいためてコクと甘みを出したスープです。ケバブは、トルコ語で「焼く」という意味です。パンに挟んで食べましょう。									
25	木	ごはん	牛乳	彩の国汁 和風おろしハンバーグ キャベツの煮びたし	米 なたね油 さとう でんぶん ラード	牛乳 ぶた肉 とうふ とり肉 油揚げ かつお節	だいこん にんじん こまつな ながねぎ キャベツ たまねぎ	597	24.3
26	金	ホット中華めん	牛乳	ねぎみそラーメン きょうざ みかん	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん もやし ながねぎ とうもろこし しょうが キャベツ にんにく みかん	608	23.2
29	月	ごはん	牛乳	白菜と大根のみそ汁 さばの辛味焼き 小松菜としゃくし菜のいため煮	米 ごま油 ごま さとう 植物油脂 でんぶん	牛乳 さつま揚げ みそ さば たまご かつお節	はくさい だいこん にんじん ながねぎ しゃくし菜 こまつな しょうが	597	22.5
30	火	ごはん	牛乳	いわしのつみれ汁 鶏のから揚げ わかめのサラダ	米 さとう でんぶん なたね油 ドレッシング	牛乳 いわし たら とり肉 わかめ 大豆	にんじん たまねぎ だいこん ながねぎ ほうれんそう しょうが にんにく キャベツ とうもろこし	601	25.2

川口市の学校給食では、そば、落花生(ピーナッツ)、キウイフルーツ、くるみは提供しません。

・都合により食材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、学校をと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
12月分	11月30日(火)
1月分	12月28日(火)

上記日程となりますので、所定の日にちままで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。



← 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

