

♡毎月19日は食育の日です♡



令和3年
12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	水	元郷小学校のリクエスト献立:メロンパン			パン オリーブ油 大豆油 マヨネーズ さとう でんぷん	牛乳 ベーコン たまご	にんじん たまねぎ パセリ ブロッコリー	610	21.0
		メロンパン	牛乳	オニオンスープ オムレツ ブロッコリー					
2	木	ごはん	牛乳	ピピンパ トック入リスープ しゅうまい	米 なたね油 さとう ごま油 トック 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉 わかめ	にんじん もやししょうが にんにく ほうれんそう たまねぎ えのきたけ	585	22.8
3	金	地粉うどん	牛乳	具だくさんうどん きのことかぼちゃのかき揚げ	うどん さとう なたね油 小麦粉 パー玉油	牛乳 とり肉 油揚げ とうふ	にんじん たまねぎ ごぼう ながねぎ まいたけ かぼちゃ	633	20.0
6	月	麦ごはん	牛乳 コーヒー飲料	カレーライス だいこんサラダ	米 麦じゃがいも さとう なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング	牛乳 ぶた肉 豆乳	にんじん たまねぎ しょうが にんにく だいこん えだまめ	643	19.1
7	火	ごはん	牛乳	だいこんと小松菜のみそ汁 白ごまつくね きんぴられんこん	米 さとう でんぷん パン粉 なたね油 ごま	牛乳 油揚げ みそ とり肉 さつま揚げ	だいこん たまねぎ ながねぎ ごまつくね れんこん にんじん	611	21.4
8	水	【給食で世界を旅しよう】今月の国:オランダ王国						668	26.1
		フラワーパン	牛乳	エルテンスープ 白身魚の香草フライ スタンポット	パン さつまいも 小麦粉 ラード バター パン粉 なたね油 じゃがいも 玄米粉	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 ほき ソーセージ	グリーンピース たまねぎ にんじん ほうれんそう パセリ		
「エルテンスープ」は、えんどう豆(給食では裏ごしのグリーンピース)を使用したスープです。「スタンポット」は、オランダ風のマッシュポテトです。									
9	木	茶めし	牛乳	おでん 白菜の煮浸し ゆずゼリー	米 じゃがいも ちくわぶ さとう 水あめ	牛乳 こんぶ 揚げホール 焼くわ とうもろこし 油揚げ	だいこん にんじん ほくさい えのきたけ ゆず	593	20.2
10	金	ホット中華めん	牛乳	たんたんめん ぎょうざ ブルー	中華めん なたね油 さとう ごま 小麦粉 ラー油	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん えのきたけ キャベツ ながねぎ にんにく しょうが チンゲンサイ ブルー	682	27.0
13	月	わかめごはん	牛乳	中華おこげスープ パオズ オレンジ	米 おこげ でんぷん ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 わかめ	にんじん もやし たら たけのこ しいたけ しょうが オレンジ たまねぎ	616	21.6
14	火	領家小学校のリクエスト献立:鶏のから揚げ						604	24.0
		ごはん	牛乳	じゃがいもとわかめのみそ汁 鶏のから揚げ 小松菜のサラダ	米 じゃがいも さとう でんぷん なたね油 ごま ドレッシング	牛乳 わかめ みそ とり肉	たまねぎ しょうが にんにく ごまつくね にんじん もやし		
15	水	ツイストパン	牛乳	キャベツと肉団子のスープ ポテトコロッケ 花野菜サラダ	パン じゃがいも なたね油 ドレッシング でんぷん パン粉	牛乳 とり肉 ぶた肉	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう ブロッコリー カリフラワー	591	20.0
16	木	ごはん	牛乳	白玉のつぺい汁 いわしのみぞれがけ かぶのそぼろ煮	米 白玉もち さいとも でんぷん なたね油 さとう	牛乳 とり肉 いわし ぶた肉	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ しょうが かぶ	587	24.0
17	金	ソフトめん	牛乳	ごぼうにやみートソーススパゲティ アーモンド風味ポテト	ソフトめん でんぷん なたね油 さつまいも さとう バター アーモンド	牛乳 ぶた肉	しょうが にんにく ごぼう たまねぎ にんじん エリンギ トマト パセリ	660	20.9
20	月	ごはん	牛乳	さつま汁 和風ハンバーグ きんぴらごぼう	米 さつまいも さとう でんぷん なたね油 ごま ラード	牛乳 とり肉 とうふ みそ さつま揚げ	だいこん にんじん まいたけ ごぼう たまねぎ	622	23.4
21	火	キャロット ピラフ	牛乳	マカロニスープ チキンナゲット 米粉のクリスマスケーキ	米 マカロニ なたね油 大豆油 さとう 米粉 小麦粉 植物油	牛乳 ベーコン とり肉 豆乳	にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう とうもろこし	713	19.8

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をお願いします。
- 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
1月分	12月28日(火)
2月分	1月31日(月)

上記日程となりますので、所定の日にち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

