



令和6年
1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「きゅぽらん」

※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	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)
10	水	子供パン	牛乳	ピーンズシチュー たらポーションフライ ポイルキャベツ	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう パン粉	牛乳 ぶた肉 大豆 たら	にんじん たまねぎ にんにく キャベツ	590	24.7
11	木	わかめごはん	牛乳	お雑煮 厚焼たまご こんにゃくの炒め煮	米 もち なたね油 さとう でんぶん	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉 わかめ	にんじん だいこん しいたけ ほうれんそう	585	21.1
12	金	地粉うどん	牛乳	けんちんうどん 大学いも ブルー	うどん さとう さつまいも なたね油 水 あめ ごま	牛乳 油揚げ とろろ	にんじん たまねぎ ごぼう ブルー	634	18.3
15	月	ごはん	牛乳	ひじきごはん 鶏と野菜のしょうゆ汁 あんかけ豆腐ハンバーグ	米 さとう ごま油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじき とり肉 とろろ	にんじん だいこん はくさい ながねぎ たまねぎ	586	19.8
16	火	ごはん	牛乳	かぼちゃのごまみそ汁 いわしのみぞれ煮 じゃがいものそぼろ煮	米 ごま じゃがいも なたね油 さとう	牛乳 大豆 みそ いわし ぶた肉	にんじん だいこん かぼちゃ ながねぎ ほうれんそう たまねぎ	589	22.8
17	水	はちみつパン	牛乳	冬野菜のシチュー コーンフライ 切り干し大根のサラダ	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード パン粉 ドレッシング ごま はちみつ	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ かぶ ブロッコリー 切干大根 こまつな とうもろこし	592	19.5
18	木	ごはん	牛乳	のつべい汁 豚肉のレモンソースかけ 手作りふりかけ	米 さといも でんぶん さとう ごま	牛乳 とり肉 ぶた肉 かつお節	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ しょうが レモン	622	25.4
19	金	ホット中華めん	牛乳	みそラーメン ぎょうざ りんご	中華めん なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん キャベツ とうもろこし もやし しょうが にんにく りんご	598	24.2
22	月	ごはん	牛乳	冬野菜の具だくさん汁 白ごまつね もやしのカレー炒め	米 さとう でんぶん なたね油 ごま	牛乳 とり肉	にんじん しいたけ はくさい だいこん ごぼう もやし たまねぎ とうもろこし	570	20.2
今年度のテーマ「味わおう！日本各地の郷土料理」 今月「千葉県」									
23	火	ごはん	牛乳	とりどせ風汁 あじ塩竜田揚げ 菜の花の煮びたし ブルーベリーゼリー	米 さとう ごま でんぶん なたね油	牛乳 とり肉 みそ あじ	だいこん にんじん ごぼう しいたけ 菜の花 キャベツ たまねぎ ブルーベリー	577	23.4
「とりどせ風汁」は「鶏雑炊(とりどせ)」というお祝いの日に食べられている料理を汁物にアレンジしたものです。									
24	水	クロワッサン	牛乳	ポトフ チキンナゲット ひじきのサラダ	パン じゃがいも なたね油 でんぶん 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ソーセージ ひじき とり肉	にんじん たまねぎ キャベツ もやし とうもろこし パセリ	586	20.4
25	木	ごはん	牛乳	ビビンバ トック入りスープ 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 しいたけ	580	24.1
新郷東小学校のリクエスト献立：さとう揚げパン									
26	金	ソフトめん	牛乳	スパゲティミートソース さとう揚げパン わかめのサラダ	ソフトめん パン なたね油 でんぶん さとう ドレッシング	牛乳 ぶた肉 わかめ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく りんご トマト キャベツ とうもろこし	598	21.2
29	月	ごはん	牛乳	すいとん さばの塩焼き 白菜の煮びたし	米 すいとん	牛乳 とり肉 さば 油揚げ かつお節	にんじん だいこん ほうれんそう はくさい こまつな	584	26.4
東本郷小学校のリクエスト献立：米粉のいちごクレープ									
30	火	ごはん	牛乳	カレーライス 野菜サラダ 米粉のいちごクレープ	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード 植物油 ドレッシング 米粉 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 とうもろこし いちご	658	19.6
31	水	黒パン	牛乳	白菜と肉団子のスープ ポテトコロッケ 枝豆のサラダ	パン 黒とうじやがいも なたね油 でんぶん パン粉 ドレッシング	牛乳 とり肉 ぶた肉	はくさい にんじん とうもろこし ほうれんそう えだまめ もやし たまねぎ	596	19.8

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、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」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。

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
2月分	1月31日(水)
3月分	2月29日(木)

・口座へのご入金は、振替前日までにお願いたします。
・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



学校給食費の公費負担を追加で実施します

- 令和6年1月～3月、市立小中学校在籍児童生徒を対象に行います
- 1食あたり、小学生は12円、中学生は14円、公費を追加します
- 上記期間の保護者負担額は変わりません

メンタルヘルスチェックシステム

「こころの体温計」で手軽にストレスチェックできます。
パソコンからは<https://fishowlindex.jp/kawaguchi/>
※利用料無料
(通信費は自己負担)

