



川口市マスコット「きゅぼらん」

和3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)

※献立表は、主に使用している食品であり、全ての食品についての記載は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	木	『給食で世界を旅しよう』 今月の国: フィリピン共和国								
		ごはん	牛乳	ティノーラスープ アドボ 米粉のバナナスティックケーキ	米 さとう じゃがいも なたね油 米粉	牛乳 とり肉 ぶた肉 うずら 卵 豆乳	にんにく しょうが とうがん にんじん たまねぎ バナナ	649	25.6	
		「ティノーラスープ」は、鶏肉と冬瓜のしょうがスープです。「アドボ」は、酢で豚肉を柔らかく煮込んだ料理です。								
2	金	ホット中華めん	牛乳	みそラーメン ぎょうざ オレンジ	中華めん なたね油 ラード 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	にんじん キャベツ オレンジ とうもろこし しょうが にんにく ほうれんそう	593	24.1	
5	月	ごはん	牛乳	わかめととうふのスープ 韓国風白ごまつくね 野菜のナムル	米 でんぶん さとう ごま ごま油 ドレッシング パン粉	牛乳 とうふ わかめ とり肉	にんじん たまねぎ ながねぎ えのきたけ ほうれんそう もやし とうもろこし こまつな	586	20.3	
6	火	ごはん	牛乳	かぼちゃ団子のみそ汁 真ほっけの竜田揚げ キャベツの煮浸し	米 じゃがいも なたね油 でんぶん	牛乳 みそ 油揚げ ほっけ	たまねぎ ながねぎ かぼちゃ ほうれんそう キャベツ にんじん しょうが	600	22.1	
7	水	チーズパン	牛乳	七夕野菜スープ 星のハンバーグデミグラスソース ブロッコリー	パン マカロニ なたね油 ドレッシング ラード	牛乳 とり肉 チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし オクラ ブロッコリー	586	24.8	
8	木	ごはん	牛乳	切り干し大根のごまみそ汁 厚揚げのピリ辛オイスターソース炒め とうもろこし	米 ごま なたね油 さとう	牛乳 油揚げ みそ 厚揚げ ぶた肉	切干大根 にんじん ながねぎ こまつな たまねぎ にら しょうが にんにく とうもろこし	606	22.1	
9	金	地粉うどん	牛乳	カレー南蛮 たこナゲット 枝豆	うどん さとう でんぶん なたね油	牛乳 ぶた肉 たこ いか たら	にんじん ながねぎ ほうれんそう えだまめ	661	24.8	
12	月	ごはん	牛乳	夏野菜のみそ汁 鶏の照り焼き ミニトマト	米 ごま油 さとう	牛乳 油揚げ みそ とり肉	なす たまねぎ かぼちゃ さやいんげん トマト	591	23.1	
13	火	ごはん	牛乳	ハヤシライス ごぼうサラダ レモンゼリー	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう ドレッシング ごま 水あめ	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん ごぼう とうもろこし レモン	621	18.3	
14	水	子供パン	牛乳	カレー野菜スープ コーンフライ 冷凍みかん	パン なたね油 小麦粉 パン粉 水あめ	牛乳 とり肉 ぶた肉	たまねぎ にんじん チンゲンサイ みかん とうもろこし パセリ	599	18.0	
15	木	ごはん	牛乳	ツナごはん 冬瓜汁 厚焼たまご	米 なたね油 さとう でんぶん	牛乳 ツナ 油揚げ たまご	にんじん えだまめ しょうが とうがん ながねぎ こまつな	597	22.5	
◎ 16	金	ソフトめん	牛乳	ペストサラーレ ポテトサラダ シュアアイス(チーズ) (→代替食: グレープゼリー)	ソフトめん なたね油 でんぶん じゃがいも マヨネーズ 生クリーム (さとう)	牛乳 えび いか ほたて チーズ たまご	にんじん たまねぎ しょうが にんにく マッシュルーム トマト とうもろこし パセリ えだまめ (ぶどう)	664	21.7	

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。

- ・◎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	8月2日(月)
9月分	8月31日(火)

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。

