



川口市マスコット「きゅぼらん」

令和7年  
11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)

※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 | スプーン | 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) |
| 4                  | 火 |      | ごはん            | 牛乳               | たつぷりきのこのあんかけスープ<br>鶏のから揚げ<br>野菜炒め        | 米 でんぶん さとう<br>なたね油                     | 牛乳 とうふ とり肉                          | ぶなしめじ えのきたけ<br>まいたけ しいたけ にんじん<br>たまねぎ しょうが こまつな<br>にんにく もやし キャベツ<br>とうもろこし | 592          | 25.0     |
| 5                  | 水 | ○    | 黒パン            | 牛乳               | 白いんげん豆と野菜のスープ<br>ハンバーグデミグラスソース<br>ブロッコリー | パン 黒とうじゃがいも<br>オリーブ油 小麦粉<br>ドレッシング     | 牛乳 ぶた肉 いんげん豆<br>とり肉 大豆              | にんじん たまねぎ トマト<br>とうもろこし ブロッコリー                                             | 585          | 24.6     |
| 6                  | 木 |      | ごはん            | 牛乳               | 彩の国汁<br>いわしのおろしがけ<br>厚揚げの煮物              | 米 さといも さとう                             | 牛乳 とり肉 いわし<br>厚揚げ ぶた肉               | だいこん にんじん こまつな<br>ながねぎ                                                     | 605          | 24.6     |
| 7                  | 金 |      | 地粉うどん          | 牛乳               | きつねときのこのごまうどん<br>ゼリーフライ<br>切り干し大根のサラダ    | うどん こまつさとう<br>なたね油 ドレッシング<br>小麦粉 じゃがいも | 牛乳 ぶた肉 油揚げ<br>おから                   | にんじん まいたけ ぶなしめじ<br>ながねぎ ほうれんそう<br>しいたけ 切干大根 こまつな                           | 615          | 22.0     |
| 10                 | 月 | ○    | 酢めし            | 牛乳               | 鉄骨ちらし<br>鯖物汁<br>川口ほうれんそうウイナー             | 米 なたね油 さとう こまつ油                        | 牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじき<br>えび とうふ みそ<br>ウイナー | にんじん たまねぎ<br>ほうれんそう                                                        | 627          | 22.9     |
| 11                 | 火 |      | ごはん            | 牛乳               | かみなり汁<br>川口みそのスタミナ焼肉<br>オレンジ             | 米 なたね油 さとう こまつ                         | 牛乳 とうふ ぶた肉 みそ                       | にんじん たまねぎ ながねぎ<br>しいたけ こまつな にら<br>しょうが にんにく オレンジ                           | 587          | 25.6     |
| 12                 | 水 | ○    | ツイストパン         | 牛乳               | むさしのクリームスープ<br>川口ポテトコロッケ<br>ミニトマト        | パン さつまいも<br>小麦粉 ラード じゃがいも<br>パン粉 なたね油  | 牛乳 とり肉 脱脂粉乳                         | にんじん たまねぎ<br>ブロッコリー トマト                                                    | 591          | 18.9     |
| 13                 | 木 | ○    | メロンパン          | 牛乳               | キャベツと肉団子のスープ<br>かぼちゃのグラタン<br>もやしと枝豆のソテー  | パン でんぶん<br>ショートニング じゃがいも<br>なたね油       | 牛乳 とり肉 ぶた肉                          | キャベツ にんじん たまねぎ<br>とうもろこし ほうれんそう<br>えだまめ もやし かぼちゃ                           | 645          | 19.1     |
| 17                 | 月 | ○    | ごはん            | 牛乳               | かてめし<br>まゆ玉汁<br>さばの塩焼き                   | 米 なたね油 さとう<br>玄米                       | 牛乳 とり肉 凍り豆腐<br>油揚げ みそ さば            | にんじん ごぼう しいたけ<br>だいこん ながねぎ こまつな                                            | 592          | 25.0     |
| 18                 | 火 | ○    | 麦ごはん           | 牛乳               | カレーライス<br>温野菜サラダ<br>川口いちごゼリー             | 米 麦じゃがいも なたね油<br>小麦粉 ラード ドレッシング<br>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<br>にんにく キャベツ<br>とうもろこし いちご                                  | 610          | 18.2     |
| 19                 | 水 | ○    | ぶどうパン          | 牛乳               | ラビオリスープ<br>白身魚の香草フライ<br>枝豆のサラダ           | パン でんぶん なたね油<br>ドレッシング 小麦粉<br>パン粉      | 牛乳 ぶた肉 ほき                           | にんじん たまねぎ バジル<br>とうもろこし ほうれんそう<br>えだまめ もやし 干し豆腐                            | 601          | 23.0     |
| 20                 | 木 | ○    | ごはん            | 牛乳               | 東松山風焼きとん丼<br>中華風はるさめスープ<br>狭山茶豆腐プリン      | 米 なたね油 さとう こまつ油<br>ごま はるさめ             | 牛乳 ぶた肉 みそ 豆乳                        | たまねぎ しょうが にんにく<br>ながねぎ にんじん はくさい<br>こまつな しいたけ 抹茶                           | 597          | 22.7     |
| 21                 | 金 |      | 地粉うどん          | 牛乳               | おつきりこみ<br>みそポテト<br>りんご                   | うどん じゃがいも 小麦粉<br>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 はくさい<br>しいたけ ながねぎ りんご                                            | 598          | 19.5     |
| 今年度のテーマ『噛む力を育てよう!』 |   |      |                |                  |                                          |                                        |                                     |                                                                            |              |          |
| 25                 | 火 |      | ごはん            | 牛乳               | さつまいも入りとん汁<br>いかのメンチカツ<br>まわかめのきんぴら      | 米 さつまいも なたね油<br>ごまつさとう パン粉             | 牛乳 ぶた肉 とうふ みそ<br>いか 大豆 まわかめ         | にんじん だいこん たまねぎ<br>ごぼう                                                      | 598          | 19.6     |
| 26                 | 水 | ○    | ロールパン          | 牛乳               | マカロニスープ<br>チキンガーリックステーキ<br>ブロッコリーと根菜のサラダ | パン マカロニ なたね油<br>さとう ごまつドレッシング          | 牛乳 ぶた肉 とり肉                          | にんじん たまねぎ キャベツ<br>ほうれんそう とうもろこし<br>にんにく ブロッコリー<br>だいこん                     | 586          | 25.4     |
| 27                 | 木 | ○    | 米粉入り<br>シュガーパン | 牛乳<br>コーヒー<br>飲料 | カレー野菜スープ<br>オムレツ<br>彩りソテー                | パン さとう なたね油 米粉<br>大豆油                  | 牛乳 ぶた肉 たまご                          | たまねぎ にんじん<br>ブロッコリー ハセリ<br>キャベツ とうもろこし                                     | 599          | 22.0     |
| 28                 | 金 |      | ホット中華めん        | 牛乳               | 豆腐ラーメン<br>深谷ねぎぎょうざ<br>のらぼう菜ともやしのナムル      | 中華めん でんぶん 小麦粉<br>なたね油 ドレッシング           | 牛乳 ぶた肉 とうふ                          | にんじん ながねぎ こまつな<br>にんにく しょうが キャベツ<br>のらぼう菜 もやし<br>とうもろこし                    | 596          | 23.6     |

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」○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。
- ・○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。
- ・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     |
| 11月分           | 10月31日(金) |
| 12月分           | 12月1日(月)  |

- ・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。



一献立日誌のページ  
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

