



川口市マスコット「きゅぼらん」

令和8年

10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)
1	木		ごはん	牛乳	こしね汁 豚肉のねぎしょうがソース 小松菜ともやしのナムル	米 さとうでんふん なたね油 ドレッシング	牛乳 揚げみそ ふた肉	たいこん にんじん ごぼう なかがね しいたけ しょうが こまつな もやし	621	23.8
2	金		ホット中華めん	牛乳	五目ラーメン 春巻 オレンジ	中華めん なたね油 でんふん 小麦粉	牛乳 ふた肉	にんじん キャベツ なかがね もやし しょうが オレンジ	625	21.0
5	月	○	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん じゃがいもとわかめのみそ汁 いわしのみぞれ煮	米 なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 凍り豆腐 ふた肉 わかめ みそ いわし	にんじん なかがね たまねぎ たいこん	606	25.5
6	火	○	ごはん	牛乳	秋野菜の和風カレーライス 温野菜サラダ なしゼリー	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ごま ドレッシング さとう 水あめ	牛乳 ふた肉 わかめ	ごぼう にんじん たまねぎ しょうが にんにく ふなしめし キャベツ とうもろこし なし	589	18.0
7	水	○	メロンパン	牛乳	キャベツと肉団子のスープ チキンナゲット 小松菜のサラダ	パン なたね油 でんふん ドレッシング	牛乳 とり肉 ふた肉 大豆 おから	たまねぎ キャベツ にんじん とうもろこし ほうれんそう こまつな もやし	658	23.0
8	木		ごはん	牛乳	かみなり汁 鶏肉のねぎみそ焼き きんぴらごぼう	米 なたね油 さとう ごま	牛乳 とうふ とり肉 みそ さつま揚げ	にんじん たまねぎ なかがね しいたけ こまつな ごぼう	590	24.2
9	金		ソフトめん	牛乳	きのこの和風スープバケティ ポテトコロッケ ブルーベリーゼリー	ソフトめん なたね油 さとう でんふん じゃがいも パン粉	牛乳 とり肉 ふた肉	ふなしめし エリンギ しいたけ たまねぎ にんじん ほうれんそう にんにく ブルーベリー	632	23.4
13	火	○	キャロットピラフ	牛乳	押麦入り野菜スープ オムレツデミグラスソース キャベツソテー	米 植物油 じゃがいも 大豆 オリーブ油 さとう 大豆油 小麦粉 なたね油	牛乳 ソーセージ たまご	にんじん とうもろこし たまねぎ トマト キャベツ	612	20.6
14	水	○	子供パン	牛乳	カレー野菜スープ 太刀魚フライ ブロッコリー	パン なたね油 パン粉 小麦粉 レッシング	牛乳 とり肉 たらうお	たまねぎ にんじん こまつな とうもろこし ハセリ ブロッコリー	596	24.5
15	木		ごはん	牛乳	豆腐のみそ汁 白こまつね こんにゃくの炒め煮	米 ごま さとう でんふん なたね油	牛乳 とうふ 揚げ わかめ みそ とり肉	たまねぎ にんじん さやいんげん	593	22.9
16	金		地粉うどん	牛乳	ねぎまうどん 野菜のかき揚げ りんご	うどん なたね油 小麦粉	牛乳 とり肉 揚げ なたね	にんじん なかがね しょうが たまねぎ りんご	652	21.7
19	月		ごはん	牛乳	わかめスープ 油淋鶏 はるさめサラダ	米 でんふん ごま油 なたね油 さとう はるさめ ドレッシング	牛乳 とうふ わかめ とり肉	にんじん なかがね ほうれんそう しょうが にんにく なかがね キャベツ とうもろこし	618	25.0
20	火	○	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい 海藻サラダ	米 さとう でんふん ごま油 小麦粉 ドレッシング	牛乳 とうふ ふた肉 みそ わかめ きわかめ あかつのまた	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく なかがね もやし	610	24.9
21	水	○	コッペパン	牛乳	さつまいもときのこのクリームシチュー メンチカツ ミニトマト	パン さつまいも なたね油 小麦粉 ラード パン粉	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 ふた肉	にんじん たまねぎ エリンギ ふなしめし たまねぎ トマト	633	23.7
22	木	○	ごはん	牛乳	鶏ごぼうごはん 秋野菜のみそ汁 いろどりたまご焼き	米 なたね油 さとう さつまいも	牛乳 とり肉 揚げ みそ たまご	にんじん ごぼう えだまめ れんこん ふなしめし えのきたけ なかがね ほうれんそう	659	22.1
23	金		ホット中華めん	牛乳	みそラーメン ぎょうざ お月見みたらし団子	中華めん なたね油 小麦粉 上新粉 さとう 水あめ	牛乳 ふた肉 みそ	にんじん キャベツ とうもろこし ほうれんそう しょうが にんにく	631	24.4
26	月		ごはん	牛乳	まゆ玉汁 さばの辛味焼き 切り干し大根の煮物	米 玄米 さとう ごま油 なたね油	牛乳 みそ さば 揚げ	たいこん にんじん ごぼう なかがね こまつな 切干大根	622	21.3
27	火		ごはん	牛乳	けんちん汁 肉団子の甘酢あんかけ 花野菜サラダ	米 さといも なたね油 さとう でんふん ドレッシング	牛乳 とうふ 揚げ とり肉 ふた肉	たいこん にんじん ごぼう なかがね しょうが たまねぎ ブロッコリー カリフラワー	613	20.8
28	水	○	はちみつパン	牛乳 コーヒードリンク	ラビオリスープ 白身魚の香煎フライ コーンスローサラダ	パン はちみつ さとう 小麦粉 パン粉 でんふん なたね油 ドレッシング	牛乳 ふた肉 焼き	にんじん たまねぎ ほうれんそう バジル キャベツ とうもろこし	585	21.4
29	木		ごはん	牛乳	せんべい汁 和風ハンバーグ もやしと枝豆の炒め物	米 せんべい なたね油 さとう でんふん	牛乳 とり肉 揚げ ふた肉	にんじん しいたけ なかがね はくさい たいこん ごぼう えだまめ もやし たまねぎ	601	23.7
30	金		ソフトめん	牛乳	ごぼうにやみートソースバケティ コーンフライ 米粉のかぼちゃマフィン	ソフトめん さとう でんふん なたね油 小麦粉 パン粉 茶粉	牛乳 ふた肉 豆乳	しょうが にんにく ごぼう たまねぎ にんじん エリンギ パセリ トマト とうもろこし かぼちゃ	644	24.3

川口市の学校給食では、カシューナッツ、そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、あわび、いくら、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。

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←献立日誌のページ
食品一覧表のページ→