



令和3年
11月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
センター調理中学校
(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	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	月	○	ツイストパン	牛乳	ミネストローネ チキンゲット ポテトサラダ	パン マカロニ オリーブ油 さとう なたね油 パン粉 小麦粉 じゃがいも マヨネーズ	牛乳 ベーコン いんげん豆 とり肉	たまねぎ にんじん キャベツ パプリカ トマト かぼちゃ にんにく	802	24.6
2	火	○	キャロットピラフ	牛乳	野菜のクリームシチュー 焼ウインナー ほうれんそうときのこのソテー	米 なたね油 ラード 小麦粉	牛乳 とり肉 ソーセージ 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう エリンギ とうもろこし	779	25.3
4	木		地粉うどん	牛乳	おつきりこみ 狭山茶風味のししゃもフライ かき	うどん なたね油 さとう パン粉 でんぷん	牛乳 とり肉 油揚げ ししゃも	にんじん だいこん はくさい しいたけ ながねぎ かき せん茶	769	28.0
5	金		ごはん	牛乳	打ち豆汁 鶏肉のごま照り焼き しゃくし菜ふりかけ	米 さといも なたね油 さとう ごま	牛乳 大豆 油揚げ みそ とり肉 かつお節 ちりめんじゃこ	ごぼう にんじん だいこん ながねぎ しゃくし菜	747	30.5
8	月	○	バターロール	牛乳	キャベツのスープ じゃがいものミートソースがけ オレンジ	パン なたね油 じゃがいも さとう でんぷん	牛乳 とり肉 ぶた肉	キャベツ にんじん にんにく ほうれんそう たまねぎ エリンギ トマト オレンジ	747	24.0
9	火		ごはん	牛乳	水餃子 かれいの甘酢あんかけ 枝豆のサラダ	米 ごま油 なたね油 さとう でんぷん 小麦粉 ドレッシング	牛乳 きれいな ぶた肉	はくさい にんじん しいたけ ほうれんそう しょうが もやし えだまめ ながねぎ キャベツ	760	27.7
10	水		酢めし	牛乳	鉄骨ちらし 鰹汁 きゅぼらんたまご焼き 川口いちごのゼリー	米 さとう なたね油 ごま油 でんぷん	牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじき えび とうふ みそ たまご	にんじん たまねぎ ながねぎ いちご レモン	747	25.8
11	木		ホット中華めん	牛乳	五目とろみそば たこナゲット ブロッコリー	中華めん なたね油 でんぷん マヨネーズ	牛乳 ぶた肉 うずら卵 たこ いか たら	にんじん はくさい もやし ながねぎ しょうが にんにく ブロッコリー	789	30.2
12	金		ごはん	牛乳	かぶと小松菜のみそ汁 豚肉のねぎしょうがソース きんぴらごぼう	米 でんぷん なたね油 さとう ごま	牛乳 とうふ 油揚げ みそ ぶた肉 さつま揚げ	たまねぎ かぶ ごまつな ながねぎ しょうが にんじん ごぼう	786	29.3
「給食で世界を旅しよう」今月の国:トルコ共和国										
15	月	○	子供パン スライス	牛乳	ハフチュエヨルバス(ハター入り) ケバフ 大豆ヨーグルト	パン ハター なたね油 さとう	牛乳 ソーセージ とり肉 大豆	たまねぎ にんじん とうもろこし パセリ	748	29.3
「ハフチュエヨルバス(ハター入り)」は、にんじんをたっぷり使ったコクのあるスープです。「ケバフ」は焼き肉料理です。給食では鶏肉を使用しています。										
16	火		ごはん	牛乳	かきたま汁 和風おろしハンバーグ ひじきのサラダ アーモンド	米 でんぷん さとう ラード ドレッシング アーモンド	牛乳 たまご ぶた肉 とり肉 ひじき	にんじん たまねぎ ほうれんそう だいこん もやし とうもろこし	761	26.2
17	水		ごはん	牛乳	かてめし まゆ玉汁 いなだのしょうが煮	米 なたね油 さとう 白玉もち	牛乳 とり肉 油揚げ 凍りとうふ みそ いなだ	ごぼう にんじん ずいき しいたけ だいこん ごまつな ながねぎ しょうが	751	27.7
18	木		地粉うどん	牛乳	ねぎまうどん ゼリーフライ みかん	うどん なたね油 小麦粉 じゃがいも	牛乳 とり肉 油揚げ なたね おから	ながねぎ にんじん ほうれんそう しょうが みかん	783	26.4
19	金	○	ごはん	牛乳	四川豆腐 ジャンボしゅうまい はるさめサラダ	米 なたね油 さとう でんぷん ごま油 はるさめ 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 とうふ	にんじん たまねぎ たけのこ しょうが にんにく しいたけ キャベツ とうもろこし	817	30.0
22	月	○	ぶどうパン	牛乳	白菜と肉団子のスープ スペイン風オムレツ 粉ふきいも	パン はるさめ じゃがいも でんぷん	牛乳 ぶた肉 たまご とり肉	干しぶどう はくさい にんじん とうもろこし たまねぎ パセリ かぼちゃ	750	24.6
24	水		ごはん	牛乳	彩の国汁 あじフライ もやしのサラダ 納豆	米 さといも なたね油 パン粉 小麦粉 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 あじ 納豆	はくさい にんじん ほうれんそう ながねぎ もやし とうもろこし	750	29.9
25	木		ホット中華めん	牛乳	たんたんめん ねぎぎょうざ ミニトマト	中華めん ごま なたね油 さとう ラー油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	チンゲンサイ えのきたけ ながねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ トマト	849	31.1
26	金	○	麦ごはん	牛乳	チキンカレーライス だいこんサラダ 型抜きチーズ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング	牛乳 とり肉 豆乳 チーズ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく だいこん キャベツ とうもろこし	819	24.9
29	月	○	さきたま ライスボール	牛乳	むさしのシチュー メンチカツ りんご	パン 米粉 さつまいも なたね油 小麦粉 ラード パン粉	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ ブロッコリー りんご	797	29.8
30	火		ごはん	牛乳	根菜汁 さばの塩こうじ焼き すき昆布のうま煮	米 なたね油 さとう	牛乳 さつま揚げ みそ さば すき昆布 ぶた肉 油揚げ	にんじん だいこん れんこん ながねぎ	749	26.5

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。
- 「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。
- 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、学校をお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
12月分	11月30日(火)
1月分	12月28日(火)

上記日程となりますので、所定の日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

