

学校給食共同献立表

※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)
2	木		ソフトめん	牛乳	ごぼうにやミートソーススパゲティ かぼちゃコロッケ コーンスローサラダ	ソフトめん どんぶ なたね油 ドレッシング パン粉 小麦粉	牛乳 ぶた肉	しょうが にんにく ごぼう たまねぎ にんじん エリンギ トマト かぼちゃ キャベツ とうもろこし パセリ	769	25.9
3	金		ごはん	牛乳	ブルコギトツパブ きのこのピリ辛スープ パオズ	米 ごま油 さとう どんぶん ごま はるさめ なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 とり肉 みそ	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン ふなしめじ えのきたけ エリンギ しいたけ	750	28.1
6	月	○	バターロール	牛乳	オニオンスープ ハンバーグデミグラスソース だいこんサラダ	パン オリーブ油 なたね油 ドレッシング 大豆油 ラード	牛乳 ベーコン とり肉	にんじん たまねぎ エリンギ だいこん キャベツ とうもろこし パセリ	748	27.0
7	火		ごはん	牛乳	つくね汁 白身魚の磯香揚げ ひじきの五目煮	米 なたね油 さとう どんぶん パン粉	牛乳 とり肉 ほき ひじき ぶた肉 大豆	にんじん たまねぎ だいこん ながねぎ ほうれんそう	751	30.3
8	水		ごはん ふりかけ	牛乳	豆腐のみそ汁 白ごまつね 冷凍みかん	米 さとう どんぶん ごま パン粉	牛乳 とうふ 油揚げ みそ とり肉 たまご	たまねぎ ごまつな みかん	810	28.1
9	木		地粉うどん	牛乳	きつねうどん いかのかりんあげ りんご	うどん さとう なたね油 どんぶん	牛乳 ぶた肉 油揚げ いか	にんじん たまねぎ ながねぎ ほうれんそう りんご	751	31.8
10	金	○	キャロットピラフ	牛乳	キャロットピラフホワイトソースがけ オムレツ ほうれんそうとコーンのソテー	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう どんぶん	牛乳 とり肉 チーズ たまご 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ エリンギ ほうれんそう とうもろこし	766	27.0
13	月	○	はちみつパン	牛乳	オニオンスープ ミートボールのトマトソースがけ ブロッコリー	パン どんぶん なたね油 オリーブ油 さとう マヨネーズ はちみつ 小麦粉 パン粉	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう にんにく トマト ブロッコリー	779	25.4
14	火		ごはん	牛乳	白玉のっぺい汁 豚肉のしょうが焼き ごぼうサラダ	米 白玉もち さといも どんぶん ドレッシング	牛乳 とり肉 ぶた肉	にんじん だいこん ながねぎ しょうが ごぼう えだまめ とうもろこし	773	26.6
15	水	○	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 春巻 ミニトマト	米 どんぶん ごま油 さとう なたね油 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ トマト	875	27.4
16	木		ごはん	牛乳	豚ごぼうごはん のこのご汁 さばの塩こうじ焼き	米 なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 凍り豆腐 みそ さば	にんじん ごぼう しいたけ えだまめ だいこん えのきたけ ふなしめじ ごまつな ながねぎ	754	27.8
17	金	○	麦ごはん	牛乳	カレーライス 花野菜のサラダ 乳酸菌飲料	米 麦 じゃがいも さとう 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング	牛乳 ぶた肉 豆乳 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ブロッコリー カリフラワー	795	25.3
21	火		ごはん	牛乳	だいこんのみそ汁 あじ塩竜田揚げ さといものうま煮 お月見きなこだんご	米 なたね油 さといも さとう どんぶん 米粉	牛乳 油揚げ みそ あじ きなこ	だいこん ながねぎ ごまつな たまねぎ にんじん	815	26.1
22	水		ごはん	牛乳	キムチとトックのスープ 中華風チキンソテー オレンジ	米 トック さとう ごま ごま油	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉	にんじん えのきたけ なら キムチ オレンジ	754	28.7
24	金		ごはん	牛乳	こしね汁 いわしのみぞれ煮 きんぴられんこん	米 なたね油 さとう ごま	牛乳 油揚げ みそ いわし さつま揚げ	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ しいたけ れんこん	751	27.3
【給食で世界を旅しよう】今月の国：ロシア連邦										
27	月	○	黒パン	牛乳 コーヒー 飲料	ポルチ オリヴィエサラダ	パン さとう なたね油 じゃがいも マヨネーズ 黒とう	牛乳 ぶた肉 とり肉	キャベツ たまねぎ かぶ にんじん にんにく パセリ ピーズ トマト えだまめ	758	28.6
【ポルチ「ば、ピーツ」という野菜を使った煮込み料理です。「オリヴィエサラダ」は、肉と野菜をマヨネーズで和えたロシア伝統のサラダです。】										
28	火	○	チキンライス	牛乳	キャベツのスープ ポテトコロッケ 海藻サラダ	米 なたね油 じゃがいも ドレッシング パン粉	牛乳 とり肉 こんぶ わかめ ぶた肉	キャベツ にんじん エリンギ ほうれんそう もやし トマト	748	21.9
29	水		ごはん	牛乳	ごまみそ汁 五目たまご焼き ごまつな炒め	米 じゃがいも ごま なたね油 さとう 大豆油	牛乳 大豆 みそ たまご ツナ	にんじん だいこん ながねぎ ほうれんそう ごまつな	750	24.5
30	木		ホット中華めん	牛乳	塩ラーメン ひじきようざ ブルーン	中華めん ごま油 なたね油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 わかめ ひじき	もやし にんじん ながねぎ キャベツ とうもろこし ブルーン	750	27.0

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
10月分	9月30日(木)
11月分	11月1日(月)

上記日程となりますので、所定の日にちま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 → 

