



川口市マスコット「きゅぼらん」

令和3年
5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
センター調理中学校
(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	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)
6	木		ホット中華めん	牛乳	コーンラーメン ぎょうざ 河内ぼんかん	中華めん なたね油 小麦粉 ラード	牛乳 ぶた肉 わかめ	にんじん もやし キャベツ ながねぎ とうもろこし 河内ぼんかん	774	31.2
7	金		ごはん	牛乳	切り干し大根のみそ汁 さんまの塩焼き 新じゃがのそぼろ煮	米 ごま じゃがいも なたね油 さとう でんぶ	牛乳 油揚げ みそ さんま ぶた肉 さつま揚げ	切干大根 にんじん ながねぎ こまつな たまねぎ グリーンピース	786	31.7
10	月	○	黒パン	牛乳	ニョッキのクリームスープ クリスピーチキン ミニトマト	パン 黒とう ニョッキ なたね油 ラード 小麦粉 パン粉 でんぶ	牛乳 ベーコン とり肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ エリンギ トマト	824	27.8
11	火		ごはん	牛乳	たけのごはん 打ち豆汁 彩りたまご焼き	米 さとう なたね油 じゃがいも 植物油	牛乳 とり肉 油揚げ 青大豆 みそ たまご	たけのこ にんじん さやえんどう ごぼう だいこん ながねぎ	760	24.4
12	水		ごはん	牛乳	はるさめスープ 豚キムチ炒め しゅうまい	米 はるさめ でんぶ なたね油 さとう ごま 小麦粉	牛乳 とり肉 ぶた肉 みそ	にんじん たまねぎ キムチ えのきたけ ほうれんそう にら キャベツ しょうが	773	30.4
13	木		地粉うどん	牛乳	カレー南蛮 ししゃもごまフライ わかめのサラダ	うどん さとう でんぶ なたね油 ドレッシング ごま パン粉 小麦粉	牛乳 ぶた肉 ししゃも わかめ	にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ とうもろこし	798	31.2
14	金		ごはん	牛乳	けんちん汁 豚肉のしょうが焼き さけとじゃこのふりかけ	米 さといも なたね油 さとう ごま油 ごま 米油	牛乳 とうふ 油揚げ ぶた肉 さけ ちりめんじゃこ	だいこん にんじん ごぼう ながねぎ しょうが	769	31.3
17	月	○	バターロール	牛乳	野菜スープ ささみのレモン風味 ブロッコリー	パン なたね油 でんぶ さとう マヨネーズ	牛乳 ベーコン とり肉	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし レモン ブロッコリー	771	32.8
18	火		ごはん 味付けのり	牛乳	とん汁 かつおの竜田揚げ 枝豆のサラダ	米 なたね油 でんぶ ドレッシング さとう 水あめ	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ かつお のり	にんじん だいこん ながねぎ ごぼう えだまめ もやし しょうが	747	35.1
19	水		ごはん	牛乳	にらとえのきのかきたま汁 白ごまつくね 荻わかめのきんぴら	米 でんぶ さとう なたね油 ごま パン粉	牛乳 たまご とり肉 荻わかめ	にんじん たまねぎ にら えのきたけ ごぼう	773	25.9
20	木		ホット中華めん	牛乳	長崎ちゃんぽん 春巻 もも	中華めん なたね油 でんぶ ごま油 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉 いか	にんじん キャベツ もやし ながねぎ しょうが にんにく もも	810	27.2
21	金	○	麦ごはん	牛乳	カレーライス キャベツとアスパラのサラダ 乳酸菌飲料	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 ドレッシング ごま さとう	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 キャベツ アスパラガス とうもろこし	802	24.3
24	月	○	子供パン	牛乳	グリーンポタージュ ポテトコロッケ もやしのサラダ	パン なたね油 ラード 小麦粉 パン粉 じゃがいも ドレッシング	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 ぶた肉 とり肉	グリーンピース たまねぎ もやし にんじん とうもろこし	787	26.4
25	火		ごはん	牛乳	肉豆腐 いなだのしょうが煮 ほうれんそうの煮びたし	米 じゃがいも さとう なたね油	牛乳 ぶた肉 とうふ いなだ 油揚げ	にんじん たまねぎ ほうれんそう えのきたけ しょうが	827	34.3
『給食で世界を旅しよう』今月のテーマ:大韓民国										
26	水		ごはん	牛乳	キンパ風混ぜごはん わかめスープ 鶏肉の韓国風ごま照り焼き	米 なたね油 さとう でんぶ ごま 植物油	牛乳 ぶた肉 たまご わかめ かまぼこ とうふ とり肉	にんじん こまつな たくあん たまねぎ ながねぎ にんにく	755	31.1
27	木		地粉うどん	牛乳	ねぎまうどん いかとえびのかき揚げ あなまつみかん	うどん なたね油 小麦粉 パーム油	牛乳 とり肉 油揚げ なた えび いか	ながねぎ にんじん ほうれんそう しょうが たまねぎ 甘夏みかん	767	25.1
28	金		ごはん	牛乳	じゃがいものみそ汁 和風ハンバーグ ひじきの五目煮	米 じゃがいも なたね油 さとう でんぶ ラード	牛乳 油揚げ みそ ひじき ぶた肉 大豆 とり肉	たまねぎ ながねぎ こまつな にんじん	747	27.4
31	月	○	はちみつパン	牛乳	キャベツと肉団子のスープ 白身魚の香草フライ ミニトマト 豆乳プリン	パン はちみつ はるさめ なたね油 さとう 水あめ パン粉	牛乳 とり肉 ぶた肉 ほき 豆乳	キャベツ にんじん とうもろこし ほうれんそう たまねぎ バジルトマト	761	26.3

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
4・5月分	5月31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。

