



令和5年
2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)

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)
芝罘ノハ小学校のリクエスト献立: コーヒー飲料										
1	水	○	フラワーロール	牛乳 コーヒー飲料	ラビオリスープ クリスマスチキン わかめのサラダ	パン さとう でんぶ なたね油 ドレッシング 小麦粉 パン粉 コーンフラワー	牛乳 ぶた肉 とり肉 わかめ	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう キャベツ	625	21.0
2	木	○	さきたま ライスボール	牛乳	冬野菜のシチュー オムレツ キャベツソテー	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう 米粉 大豆油	牛乳 とり肉 たまご 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ エリンギ かぶ ブロッコリー キャベツ	587	26.8
3	金		地粉うどん	牛乳	きつねうどん いわしフライ ミニトマト 福豆	うどん さとう なたね油 じゃがいも でんぶ	牛乳 油揚げ ぶた肉 いわし 大豆	にんじん たまねぎ トマト ほうれんそう	663	28.8
6	月	○	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 パオズ もも	米 でんぶ 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 もも	681	27.6
7	火		ごはん	牛乳	白菜と大根のみそ汁 あんかけ豆腐ハンバーグ れんこんサラダ	米 さとう でんぶ ドレッシング	牛乳 油揚げ わかめ みそ とり肉 とうふ	はくさい だいこん ながねぎ れんこん にんじん とうもろこし たまねぎ	597	19.0
8	水	○	バターロール	牛乳	キャベツと肉団子のスープ ツナポテコロッケ 花野菜サラダ	パン なたね油 ドレッシング でんぶ じゃがいも パン粉	牛乳 とり肉 ぶた肉 ツナ	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれんそう ブロッコリー カリフラワー	604	20.4
9	木		ごはん	牛乳	きりたんぼ汁 さばのみそ煮 こんにゃくの炒め煮	米 きりたんぼ なたね油 さとう	牛乳 とり肉 さば ぶた肉 みそ	にんじん はくさい だいこん ごぼう まいたけ ながねぎ さやいんげん	653	25.4
戸塚綾瀬小学校のリクエスト献立: たんたんめん										
10	金		ホット中華めん	牛乳	たんたんめん ひじきぎょうざ みかん	中華めん なたね油 さとう ごま 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ ひじき	にんじん えのきたけ チンゲンサイ にんにく しょうが みかん キャベツ ながねぎ	675	26.7
13	月		ごはん	牛乳	さつまいもと豆腐のみそ汁 鶏肉のごま照り焼き 海藻サラダ	米 さつまいも さとう ごま ドレッシング	牛乳 とうふ みそ とり肉 こんぶ わかめ ふのり	だいこん にんじん もやし	597	23.7
14	火	○	キャロットピラフ	牛乳	カレー野菜スープ ハート型ハンバーグデミグラスソース 米粉のガトーショコラ	米 なたね油 ラード 大豆油 さとう 米粉 ココア	牛乳 ぶた肉 とり肉 豆乳	たまねぎ にんじん チンゲンサイ とうもろこし エリンギ	679	22.1
15	水	○	メロンパン	牛乳	はくさいのスープ ウインナーのバジル揚げ ブロッコリーと根菜のサラダ	パン 小麦粉 なたね油 ドレッシング	牛乳 ベーコン ソーセージ	はくさい にんじん ながねぎ ほうれんそう ブロッコリー だいこん バジル	660	22.7
今年度のテーマは「味わおう! 日本各地の郷土料理」 今月は「新潟県」										
16	木		ごはん	牛乳	けんちん汁 あじの照り焼き 煮なます	米 じゃがいも さとう なたね油 さとう	牛乳 さつまいも 焼ちくわ とうふ あじ 油揚げ 大豆	にんじん ごぼう だいこん しいたけ	602	26.1
『けんちん汁』は、きのこや野菜をたっぷり使用し、冷え切った体も心から温めてくれる郷土料理です。 『煮なます』は、酢を使っているため日持ちがし、寒い冬の保存食としても活躍しています。										
17	金		ソフトめん	牛乳	スパゲティキャロットソース えびミックスフライ ポイルキャベツ	ソフトめん なたね油 小麦粉 ドレッシング パン粉	牛乳 ぶた肉 大豆 えび たら	にんじん たまねぎ しょうが にんにく エリンギ りんご トマト キャベツ	677	30.1
20	月	○	麦ごはん	牛乳	ビーフハヤシライス 枝豆のサラダ りんごゼリー	米 麦 じゃがいも なたね油 さとう 小麦粉 ラード ドレッシング 大豆油	牛乳 牛肉	にんじん たまねぎ えだまめ もやし りんご	702	19.5
21	火		ごはん	牛乳	なめこ汁 かれいの甘酢あんかけ ごぼうサラダ	米 なたね油 さとう ごま でんぶ ドレッシング	牛乳 とうふ みそ かれい	なめこ たまねぎ ながねぎ ごぼう にんじん とうもろこし しょうが	596	25.1
22	水	○	マーブル食パン	牛乳	ミネストローネ 豚肉のオニオンソースがけ ほうれんそうとコーンのソテー	パン じゃがいも マカロニ オリーブ油 さとう 大豆油 なたね油 でんぶ ココア	牛乳 ベーコン ぶた肉	たまねぎ にんじん トマト かぼちゃ にんにく ほうれんそう とうもろこし	624	27.0
24	金		地粉うどん	牛乳	わかめうどん いかとえびのかき揚げ せとか	うどん なたね油 バーム油 小麦粉	牛乳 とり肉 わかめ いか えび	にんじん たまねぎ ほうれんそう せとか	613	21.7
27	月	○	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん 根菜汁 ぶりの照り焼き	米 なたね油 さとう	牛乳 凍り豆腐 ぶた肉 さつまいも みそ ぶり	にんじん ながねぎ だいこん ごぼう れんこん	620	28.7
28	火		ごはん	牛乳	キムチとトクのスープ 春巻 はるさめサラダ	米 トク なたね油 はるさめ ドレッシング 小麦粉	牛乳 とり肉 みそ ぶた肉	にんじん もやし たら キムチ キャベツ とうもろこし	705	19.3

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、まつたけ、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。
 - ・アレルギー物質など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
3月分	2月28日(火)

- ・口座へのご入金、振替前日までをお願いいたします。
- ・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。



← 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

