



♡毎月19日は食育の日です♡

令和6年
5月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
川口市立青木中央小学校

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	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	水	豚肉と小松菜のごはん	牛乳	けんちん汁	米 なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 とうふ 油揚げ	こまつな にんじん しいたけ たけのこ だいこん ごぼう ながねぎ	571	21.1
2	木	酢めし	牛乳	こぎつねずし わかたけ汁 かしわもち	米 なたね油 さとう 米粉	牛乳 ぶた肉 油揚げ かまぼこ わかめ あずき	にんじん さやえんどう たけのこ ほうれんそう	629	22.3
7	火	スパゲティ ナポリタン	牛乳	コーンフライ ぶどうゼリー	スパゲティ なたね油 さとう パン粉 小麦粉	牛乳 ソーセージ	たまねぎ にんじん マッシュルーム ぶどう とうもろこし	580	17.7
8	水	ごはん	牛乳	肉じゃがが キャベツのみそ汁	米 じゃがいも さとう	牛乳 ぶた肉 とうふ 油揚げ わかめ みそ	たまねぎ にんじん キャベツ	556	23.3
9	木	キムチ チャーハン	牛乳	トック	米 なたね油 ごま油 トック 植物油 水あめ	牛乳 とり肉 たまご ぶた肉	にんじん キムチ ピーマン キャベツ しいたけ みつば	561	20.9
10	金	揚げパン (グラニュー糖)	牛乳	大豆の洋風煮	パン なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 大豆 ぶた肉 チーズ	たまねぎ にんじん	579	23.8
13	月	とり五目 ごはん	牛乳	ししゃもの天ぷら かきたま汁	米 さとう なたね油 大豆油 でんぶん 小麦粉	牛乳 とり肉 ししゃも たまご	にんじん ごぼう たけのこ しいたけ ながねぎ ほうれんそう	576	24.0
14	火	ホット中華めん	牛乳	もやしラーメン 春巻	中華めん なたね油 ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉	にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう	626	22.2
15	水	ごはん	牛乳	かつおの新たまねぎソースかけ みそ汁 甘夏	米 なたね油 さとう でんぶん じゃがいも	牛乳 かつお とうふ わかめ みそ	たまねぎ にんにく ながねぎ 甘夏 みかん しょうが	573	25.4
16	木	ごはん	牛乳	肉野菜炒め わんたんスープ	米 なたね油 わんたん	牛乳 ぶた肉 とり肉	たまねぎ にんじん たけのこ もやし キャベツ ほうれんそう	565	22.9
17	金	バターロール	牛乳	アスパラガスのグラタン 野菜スープ	パン マカロニ なたね油 バター 小麦粉 パン粉	牛乳 とり肉 チーズ 脱脂粉乳 ベーコン	たまねぎ マッシュルーム アスパラガス にんじん キャベツ とうもろこし	559	23.5
20	月	ジャンバラヤ	牛乳	ひれかつ コーンクリームスープ	米 なたね油 パン粉 小麦粉 ラード でんぶん コーンスターチ	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん セロリ トマト ピーマン とうもろこし パセリ	581	22.8
21	火	地粉うどん	牛乳	わかめうどん ちくわの磯辺揚げ	うどん 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 なたね油 わかめ 焼きちくわ あおさ	ながねぎ しいたけ こまつな にんじん	588	23.5
22	水	ごはん	牛乳	中華丼 杏仁フルーツ	米 なたね油 さとう 水あめ でんぶん ごま油	牛乳 ぶた肉 いか なたね油 寒天 豆乳	たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ しいたけ さやえんどう もりりんご	576	22.7
23	木	ごはん	牛乳	さばの塩焼き たまねぎのみそ汁 エコふりかけ	米 じゃがいも さとう ごま	牛乳 さば 油揚げ わかめ みそ かつお節	たまねぎ	630	26.6
24	金	ツイストパン	牛乳	ポークのブラウンソース煮 こぶきいも たまごとレタスとトマトのスープ	パン なたね油 じゃがいも 小麦粉	牛乳 ぶた肉 ベーコン たまご	たまねぎ マッシュルーム トマト レタス	571	30.4
27	月	ツナ枝豆 ごはん	牛乳	豚汁	米 さとう なたね油	牛乳 ツナ ぶた肉 とうふ みそ	えだまめ にんじん しょうが だいこん ごぼう ながねぎ	551	25.3
28	火	ホット中華めん	牛乳	五目ラーメン かじきとポテトのごまあえ	中華めん なたね油 じゃがいも さとう ごま でんぶん	牛乳 ぶた肉 かじき	たまねぎ にんじん キャベツ しょうが しいたけ ほうれんそう	586	29.0
29	水	麦ごはん	牛乳	カレーライス アスパラガスのソテー	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード	牛乳 ぶた肉 チーズ ベーコン 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん しょうが にんにく アスパラガス とうもろこし	614	23.9
30	木	ごはん	牛乳	ユーリンチー もやしの中華炒め 春雨スープ	米 でんぶん なたね油 さとう ごま油 はるさめ ラー油	牛乳 とり肉 ベーコン	にんにく しょうが ながねぎ もやし とうもろこし たまねぎ にんじん こまつな	622	26.0
31	金	子供パン	牛乳	花豆コロッケ ミネストローネ	パン パン粉 なたね油 じゃがいも マカロニ バター さとう	牛乳 ベーコン いんげん豆	たまねぎ にんじん セロリ トマト にんにく	558	18.1

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。

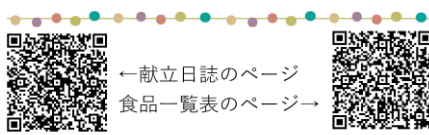
・おはしはきれいに洗って毎日必ず忘れずに持参するようお願いいたします。

・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おり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
5月分	5月31日(金)
6月分	7月1日(月)

・口座へのご入金は、振替前日までにお願いいたします。
・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。



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

