



♡毎年6月は食育月間、毎月19日は食育の日です♡

令和6年
6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)
4	火	地粉うどん	牛乳	きつねうどん カリコリ揚げ	うどん ごま 小麦粉 なたね油	牛乳 とり肉 油揚げ ハム ちりめんじゃこ たまご さやいんげん	にんじん ながねぎしいたけ ほうれんそう ごぼう さやいんげん	582	24.4
5	水	キムチ チャーハン	牛乳	いかナゲット わかめスープ	米 なたね油 ごま油 でんぶん パン粉 植物油 水あめ	牛乳 とり肉 たまご いか たちお わかめ	にんじん キムチ ビーマン ながねぎ ほうれんそう	599	21.2
6	木	ごはん	牛乳	スタミナ焼き肉 五目スープ	米 なたね油 さとう ごま ごま油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 みそ なたね とり肉	にんじん ながねぎ にら しょうが にんにく たけのこ もやし ほうれんそう	594	27.1
7	金	はちみつパン	牛乳	チキンのトマトソースがけ ソーセージとキャベツのスープ	パン はちみつ でんぶん なたね油 オリーブ油 さとう	牛乳 とり肉 ソーセージ	たまねぎ にんにく トマト にんじん キャベツ パセリ	614	24.7
10	月	ごはん	牛乳	あじのなんぼんづけ 玄米団子のみそ汁	米 なたね油 さとう 玄米 でんぶん	牛乳 とり肉 みそ あじ	たまねぎ にんじん ビーマン しょうが だいこん ながねぎ こまつな	579	22.2
11	火	ホット中華めん	牛乳	塩ラーメン 春巻 すいか	中華めん なたね油 小麦粉	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 すいか	672	23.4
12	水	ごはん	牛乳	マーボーなす 肉入りわんたんスープ	米 なたね油 でんぶん 小麦粉 ごま油	牛乳 とり肉 みそ ぶた肉	なす たまねぎ にんじん ながねぎ しょうが にんにく ほうれんそう	588	22.3
13	木	梅あじごはん	牛乳	白ごまつくね 鰯物汁	米 麦 なたね油 ごま油 ごま さとう	牛乳 ちりめんじゃこ わかめ とり肉 とうふ みそ	うめ たまねぎ にんじん	616	23.2
14	金	子供パン	牛乳	ハンバーグデミグラスソース コーンクリームスープ	パン なたね油 小麦粉 ラード コーンスターチ	牛乳 とり肉 大豆	たまねぎ マッシュルーム とうもろこし にんじん パセリ	596	21.7
17	月	ごはん	牛乳	ハヤシライス 野菜サラダ	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう	牛乳 牛肉 わかめ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし	609	20.8
18	火	地粉うどん	牛乳	おつきりこみ みそポテト 冷凍みかん	うどん じゃがいも 小麦粉 なたね油 さとう	牛乳 とり肉 油揚げ みそ	にんじん だいこん ながねぎ しいたけ みかん	610	19.8
19	水	鉄骨いなり ちらし	牛乳	すまし汁	米 さとう ごま ぶ 植物油 水あめ	牛乳 とり肉 油揚げ ひじき えび たまご とうふ わかめ	にんじん ほうれんそう	596	25.0
20	木	たこめし	牛乳	きびなごフライ さつま汁	米 もち米 なたね油 さつまいも パン粉 小麦粉 でんぶん	牛乳 たこ きびなご とり肉 油揚げ みそ	にんじん ごぼう さやえんどう だいこん ながねぎ	580	26.0
21	金	バターロール	牛乳	ポイルウィンナー ラタトゥイユ 米粉めん入り野菜スープ	パン なたね油 オリーブ油 米粉めん	牛乳 ソーセージ とり肉	たまねぎ にんじん なす トマト ズッキーニ さやいんげん マッシュルーム にんにく キャベツ とうもろこし	597	23.3
24	月	ごはん	牛乳	さわらの西京焼き 五目きんぴら とうがんのすまし汁	米 なたね油 さとう ごま油 ごま	牛乳 さわら みそ さつま揚げ とうふ とり肉	にんじん ごぼう とうがん ほうれんそう	584	28.7
25	火	ホット中華めん	牛乳	マーボーめん 深谷ねぎぎょうざ メロン	中華めん なたね油 さとう 小麦粉 でんぶん	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ	にんじん ながねぎ たまねぎ にんにく しょうが キャベツ メロン	685	27.2
26	水	とりごぼう ピラフ	牛乳	いわしフライ たまごとレタスとトマトのスープ	米 なたね油 じゃがいも でんぶん	牛乳 とり肉 いわし ベーコン たまご	ごぼう たまねぎ にんじん さやいんげん トマト レタス	581	22.8
27	木	ごはん	牛乳	豚丼 かぼちゃのみそ汁 えだまめ	米 なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 とうふ 油揚げ みそ	たまねぎ しょうが かぼちゃ ながねぎ えだまめ	640	28.7
28	金	ツイストパン	牛乳	厚揚げのカレー煮 いんげんのソテー	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード	牛乳 厚揚げ ぶた肉 脱脂粉乳 ソーセージ	たまねぎ にんじん さやいんげん とうもろこし	605	25.3

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。

・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
5月分	5月31日(金)
6月分	7月1日(月)

・口座へのご入金、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。



←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

