



♡毎月19日は食育の日です♡

令和6年
7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	月	クファ ジュシー	牛乳	ししゃものたつた揚げ とうがんのみそ汁	米 ごま油 なたね油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 刻み昆布 ししゃも 油揚げ みそ	にんじん ごぼうしいたけ とうがん たまねぎ さやいんげん しょうが	554	23.4
2	火	ホット中華めん	牛乳	もやしラーメン とり肉と枝豆のキャベツフライ すいか	中華めん なたね油 ごま油 パン粉	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんじん たまねぎ もやし ほうれんそう えだまめ キャベツ すいか	552	23.9
3	水	ごはん	牛乳	肉野菜炒め かきたま汁	米 なたね油 でんぶん	牛乳 ぶた肉 たまご	たまねぎ にんじん たけのこ もやし キャベツ ながねぎ ほうれんそう	557	22.7
4	木	ごはん	牛乳	四川豆腐 ポークしゅうまい	米 なたね油 さとう でんぶん ごま油 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉	しょうが にんじん たけのこ ながねぎ にんにくしいたけ たまねぎ	599	28.0
5	金	バターロール	牛乳	星型コロッケ 野菜スープ セタゼリー	パン じゃがいも なたね油 パン粉 さとう	牛乳 ベーコン かまぼこ ぶた肉	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし りんご みかん	606	19.3
8	月	ごはん	牛乳	高野豆腐のそぼろごはん 夏野菜のみそ汁	米 なたね油 さとう	牛乳 凍り豆腐 とり肉 油揚げ みそ	にんじん ながねぎ しいたけ たまねぎ さやいんげん なす かぼちゃ	563	24.9
9	火	地粉うどん	牛乳	じゃじゃめん ほきの磯香揚げ 冷凍みかん	うどん なたね油 さとう でんぶん パン粉	牛乳 ぶた肉 みそ ほき あおさ	たまねぎ ながねぎ にんじん しょうが しいたけ さやえんどう みかん	650	29.7
10	水	チキンピラフ	牛乳	いかフリッター モロヘイヤスープ	米 なたね油 バター でんぶん ごま油 小麦粉 大豆油	牛乳 とり肉 わかめ いか	たまねぎ にんじん マッシュルーム ながねぎ モロヘイヤ	584	21.3
11	木	麦ごはん	牛乳	夏野菜のカレー フルーツカクテル	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳 寒天	たまねぎ にんじん トマト ピーマン しょうが にんにく なす もも りんご ナタデココ ぶどう レモン	648	20.4
12	金	黒パン	牛乳	ポテトのミートソースかけ ジュリエンスープ	パン 黒とう じゃがいも なたね油 バター	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん しょうが マッシュルーム にんにく トマト セロリ レタス	561	19.2
16	火	キムチ チャーハン	牛乳	春雨スープ ◎シュウアイス (代替食 夢オレンジゼリー)	米 なたね油 ごま油 植物油 はるさめ でんぶん 水あめ ショートニング (さとう)	牛乳 とり肉 たまご ベーコン 練乳	にんじん キムチ ピーマン たまねぎ もやし ながねぎ ほうれんそう (夢オレンジ)	573	22.7

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、マカダミアナッツ、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。

・◎印がついている献立について、食物アレルギーのある児童のうち代替食を希望する方には、代替食を提供します。

それぞれの主な食品は下線、代替食品は括弧書きで表記します。

次回給食費口座引落日のご案内	
対象給食月	口座振替日
7月分	7月31日(水)
9月分	9月2日(月)

・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、学校にお問合わせください。



←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



川口市立科学館 夏休み前はこのイベント！

特別展
スポーツ展2024
～科学で広がるスポーツの見方～

スポーツを
新しい視点で見てみよう！

7/15
(月・祝)
まで

暑
い日も
雨
の日も楽しめる
科学館に遊びに来てね！

自由研究
のヒントも
見つかるかも！

川口市立科学館
〒048-262-8431

夏休みにになったらこのイベント！

**サイエンス
サマーフェス**

わくわくワーク
火・木・土 (無料)

どきどきサイエンス
水・金・日・祝 (有料)

スーパーストロケット
星砂でストラップ作り☆

プラネタリウム
一般校投夏番組
スペースキッズ
宇宙飛行士とステラ

2053年の宇宙を舞台に宇宙基地で
暮らし宇宙飛行士のスキルを磨く！少年
少女と宇宙ステラの日常を描いた物語
(星の生解説1番組 約50分)

夏休み中は毎日
放映！
放映日時やそのほかの放映内容は
ホームページでご確認ください

夏休みおはなし会のお知らせ 川口市立図書館

ちょっと特別なおはなし会に参加してみませんか？
夏にぴったりの、夏休みおはなし会を、川口市立図書館で開催します♪

●中央
7月29日(月)～31日(水)
幼児の部 14:00～14:30
小学生の部 15:00～15:40
7階シアタープレゼンテーションスタジオ
各部30名(先着順) 申込不要

●横曽根
7月27日(土)
幼児の部 14:30～15:00
小学生の部 15:10～15:40
3階 おはなしの部屋 各部20名(先着順)
※7/6～カウンター・電話にて申込受付

●新郷
7月27日(土)
幼児の部 14:30～14:50
小学生の部 15:00～15:30
8月6日(火) ちょっとこわいおはなし会
小学生 14:30～15:10
1階 日本間 申込不要

●前川
7月24日(水)～26日(金)
幼児の部 14:30～14:50
小学生の部 15:00～15:30
2階 おはなしの部屋 申込不要

●戸塚
7月18日(木)・7月19日(金)
幼児の部 14:30～14:50
小学生の部 15:00～15:30
1階 おはなしの部屋 申込不要

●鳩ヶ谷
7月19日(金)・20日(土)・26日(金)・27日(土)
幼児の部 14:30～14:50
小学生の部 15:00～15:30
1階 おはなしの部屋 申込不要

●芝田分室
7月19日(金)
4歳～小学生 15:00～15:30
子ども閲覧室 申込不要

●芝田文庫
7月24日(水)
14:00～14:45
日本間1号 申込不要

詳しくは、お近くの図書館
へお尋ねいただくか、
または図書館HPを
ご覧ください！

—川口市公式の地域情報ウェブサイト—

TRICO kawaguchi
トリコカワガチ