



♡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「きゅばらん」

※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月	クファ ジューシー	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	四川どうふ 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 七夕ゼリー	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	高野どうふのそぼろごはん 夏野菜のみそ汁	米 なたね油 さとう	牛乳 凍りどうふ とり肉 油揚げ みそ	にんじん ながねぎ しいたけ たまねぎ サやいんげん なす かまぼち	563	24.9
9火	地粉うどん	牛乳	じやじやめん 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 ビーマン しうが にんにく なす 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 ジュリエンヌスープ	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 ◎シューアイス (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 錬乳	にんじん キムチ ビーマン 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。

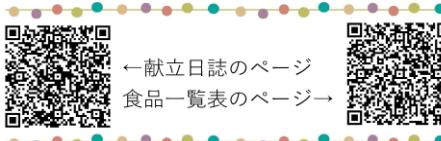
・おはしはきれいに洗って毎日必ず忘れずに持参するようお願いします。

・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)



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



・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。

・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
の日も楽しめる
科学館にぜひ遊びに来てね♪

自由研究
のヒントも
見つかるかも!?

イベントの詳細は
科学館ホームページを
ご覧ください!

川口市上青木3-12-18 SKIPシティ内
048-262-8431

夏休みになったらこのイベント! ↓

サイエンス
スマーフェス

このほかにも実験ショーや
工作教室など楽しい
イベントが盛りだくさん

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

一般投影夏番組
スペースキッズ
宇宙飛行士トムとステラ

2023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
少女トムとステラの日常を描いた物語
(星空の生放送+番組 約50分)

夏休み中は毎日 投影!
投影日時やその他の投影内容は
ホームページをご確認ください

● 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歳以上ディアセプトブレンディング・インストラクター各部30名(先着順)	申込不要

● 横曽根	7月27日(土)
幼児の部	14:30～14:50
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)	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 おはなしのへや 申込不要	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 おはなしのへや 申込不要	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 おはなしのへや 申込不要	申込不要

● 芝園分室	7月19日(金)～20日(土)
幼稚園・小学校	15:00～15:30
子ども聞覚室	申込不要

● 芝北文庫	7月24日(水)
図書館ホームページ へお尋ねいただか または図書館HPを ご覧ください	申込不要

—川口市公式の地域情報ウェブサイト—

TRICO kawaguchi
トリコ カワグチ

QRコード