



♡毎月19日は食育の日です♡

令和6年
12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「きゅぽらん」

※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)
2	月	ごはん	牛乳	とりのさっぱり煮 水ぎょうざスープ	米 さとう 小麦粉	牛乳 とり肉 うずら卵 ぶた肉	しょうが にんにく たまねぎ にんじん もやし ほうれんそう キャベツ	589	26.8
3	火	ホット中華めん	牛乳	広東めん チーズ春巻 りんご	中華めん なたね油 でんぶん 小麦粉 植物油	牛乳 ぶた肉 なたね チーズ	たけのこ にんじん もやし ながねぎ しょうが きくらげ デンゲンサイリんご	599	23.1
メニューコンクール給食『僕の名前と同じ松風焼きのおせち給食!!』6-1 松風和樹さん									
4	水	ごはん	牛乳	松風焼き 玄米団子入りお雑煮 花みかん	ごはん パン粉 なたね油 ごま 玄米団子 さといも	牛乳 とり肉 たまご みそ かまぼこ	しょうが たまねぎ だいこん にんじん しいたけ こまつな みかん	624	27.8
5	木	ごはん	牛乳	たちおフライ ポイルキャベツ 豚汁	米 なたね油 さといも パン粉 小麦粉	牛乳 たちお ぶた肉 とうふ みそ	キャベツ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ	621	24.3
6	金	ソフト フランスパン	牛乳	ビーフシチュー 野菜サラダ	パン なたね油 じゃがいも さとう バター 小麦粉 生クリーム	牛乳 牛肉 わかめ	にんにく たまねぎ にんじん トマト キャベツ ブロッコリー とうもろこし	614	25.0
9	月	豚キムチ チャーハン	牛乳	トック はやか	米 なたね油 ごま油 トック 植物油 水あめ	牛乳 ぶた肉 たまご とり肉	にんじん キムチ ビーマン キャベツ しいたけ みずな はやか	588	21.8
10	火	地粉うどん	牛乳	きつねうどん 大学いも	うどん なたね油 さとう 水あめ ごま さつまいも	牛乳 とり肉 油揚げ	にんじん ながねぎ しいたけ ほうれんそう	678	22.1
11	水	ごはん	牛乳	和風ハンバーグ けんちん汁	米 さとう さといも なたね油 ラード	牛乳 とり肉 大豆 とうふ	えのきたけ エリンギ だいこん レモン にんじん ごぼう ながねぎ たまねぎ	590	23.7
12	木	麦ごはん	牛乳	カレーライス じゃこサラダ	米 麦 じゃがいも なたね油 さとう 小麦粉 ラード	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳 ちりめんじゃこ 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	656	25.5
13	金	バターロール	牛乳	ポテトのミートソースかけ 野菜スープ みかん	パン じゃがいも なたね油	牛乳 ぶた肉 ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム しょうが にんにく トマト キャベツ とうもろこし みかん	652	22.5
16	月	くわいごはん	牛乳	わかさぎの天ぷら 白菜のみそ汁	米 もち米 なたね油 小麦粉 大豆油	牛乳 とり肉 わかさぎ 油揚げ わかめ みそ	にんじん ふなしめじ くい はくさい	595	21.5
17	火	ホット中華めん	牛乳	コーンラーメン てり焼きまん	中華めん なたね油 小麦 粉 さとう	牛乳 ぶた肉 わかめ とり肉	にんじん もやし キャベツ ながねぎ とうもろこし	609	25.5
18	水	ごはん	牛乳	四川どうふ 杏仁フルーツ	米 なたね油 さとう でんぶん ごま油 水あめ	牛乳 とうふ ぶた肉 豆腐	しょうが にんじん たけのこ ながねぎ にんにく しいたけ もやし りんご レモン ぶどう	634	25.3
19	木	ごはん	牛乳	たらのゆず風味 さつま汁	米 なたね油 さとう さつまいも でんぶん	牛乳 たら とり肉 油揚げ みそ	ゆず だいこん にんじん ごぼう ながねぎ	623	25.7
20	金	フラワー ロール	牛乳	フライドチキン ほうれんそうのソテー かぼちゃのクリームスープ ◎セレクトケーキ【いちごケーキ】 (代替食 米粉のいちごケーキ)	パン なたね油 でんぶん 小麦粉 (さとう) (加工油 脂) (米粉)	牛乳 とり肉 ベーコン たまご 乳製品 (豆乳)	ほうれんそう とうもろこし かぼちゃ たまねぎ にんじん セロリ (いちご)	621	27.0
				フライドチキン ほうれんそうのソテー かぼちゃのクリームスープ ◎セレクトケーキ【チョコレートケーキ】 (代替食 米粉のチョコレートケーキ)	パン なたね油 でんぶん 小麦粉 (さとう) チョコレート (加工油脂) (ココア) (米粉)	牛乳 とり肉 ベーコン たまご 乳製品 (豆乳)	ほうれんそう とうもろこし かぼちゃ たまねぎ にんじん セロリ	631	27.4

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をお願いします。

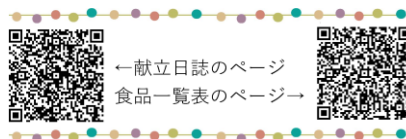
・◎印がついている献立について、食物アレルギーのある児童のうち代替食を希望する方には、代替食を提供します。
それぞれの主な食品は下線、代替食品は括弧書きで表記します。

・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
12月分	12月2日(月)
1月分	1月6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。



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



12月10日から16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です

1970年代から1980年代にかけて、北朝鮮が多くの人を拉致しました。
「らち」は本人がのぞまないのに連れ去ることです。川口市にも、
北朝鮮にらちされたまま、家族のもとへかえってこれていない方がいます。



拉致問題の動画チャンネルがあります。

YouTube公式動画チャンネルでは、アニメ「めぐみ」や
拉致被害者御家族のメッセージ動画などを配信しています。

<https://www.youtube.com/c/rachitaichannel>



電子図書館もご利用ください。

「らちもんだいたいさくほんぶ電子図書館」
<https://web.d-library.jp/rachitai/>



問合せ・川口市福祉総務課(048-259-7929)