



平成29年
1月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
自校調理中学校

※ 献立表は、主に使用している食品であり、全ての食品についての記載はありませんのでご了承ください。

日 曜	着持参の日 (1・2年生)	献 立 名			主 な 食 品			栄 養 価		
		主 食	飲 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)	
11	水	○	ごはん	牛乳	さといもごはん お雑煮 鶏肉のごま風味揚げ	米もちさといも さとうなたね油 ごま でんぶん	牛乳とり肉 油揚げ かまぼこ	にんじん だいこん しめじ さやえんどう しいたけ ほうれんそう ながねぎ	842	30.1
12	木	○	蒸し中華めん	牛乳	たんめん 春巻 野菜ソテー いよかん	中華めん 小麦粉 なたね油 でんぶん 植物油 ごま油	牛乳 ぶた肉 うずら卵	いよかん ながねぎ しいたけ にんじん もやし キャベツ	803	31.0
13	金	○	標 松 中 生 徒 が 考 え た 献 立			米 さとう なたね油	牛乳 ぶり ひじき ぶた肉 大豆 さつま揚げ とうふ みそ	こまつな れんこん ながねぎ いんげん ごぼう だいこん しょうが しいたけ	759	31.4
			ごはん	牛乳	しょうが入り具だくさんみそ汁 ぶりの照り焼き ひじきの煮物					
16	月		メロンパン	牛乳	白菜と肉団子のスープ コーンフライ いちご	パン 小麦粉 パン粉 なたね油 はるさめ でんぶん	牛乳とり肉 ぶた肉	たまねぎ とうもろこし いちご はくさい にんじん ほうれんそう しょうが	814	32.6
17	火	○	今 月 の ま ご わ や さ し い 献 立			米 さといも ごま なたね油 さとう	牛乳 とうふ さんま 油揚げ わかめ みそ	だいこん れんこん にんじん かぶ こまつな ながねぎ しいたけ	747	25.5
			ごはん	牛乳	彩の国みそ汁 さんまのみぞれ煮 きんぴられんこん					
豆腐・油揚げ(ま)、ごま(ご)、わかめ(わ)、かぶ・こまつな・長ねぎ・れんこん・にんじん(や)、しいたけ(し)、さといも(い)が入っています。										
18	水		麦ごはん	牛乳	カレーライス だいこんサラダ みかん	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング	牛乳 ぶた肉 豆乳	だいこん みかん キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし しょうが にんにく	804	23.9
19	木	○	地粉うどん	牛乳	きつねうどん ししゃもの天ぷら 煮びたし フルーツゼリー	うどん 小麦粉 さとう なたね油 パーム油	牛乳 ししゃも ぶた肉 油揚げ	ぶどうりんご にんじん たまねぎ ほうれんそう	805	31.7
20	金	○	茶めし	牛乳	おでん 白ごまつくね ブロッコリー	米 パン粉 さとう マヨネーズ じゃがいも でんぶん ちくわぶ ごま	牛乳 とり肉 こんぶ 揚げポール うずら卵	ブロッコリー だいこん たまねぎ にんじん	803	26.9
23	月		バターロール	牛乳	中華おこげスープ 鶏肉の元気ソースがけ おこげ りんご	パン おこげ なたね油 さとう でんぶん ごま油	牛乳 えび とり肉	りんご しょうが キャベツ にんじん にんにく もやし にら ながねぎ たけのこ しいたけ	880	29.6
24	火	○	ごはん	牛乳	肉じゃが ゼリーフライ ミニトマト	米 じゃがいも なたね油 さとう 小麦粉	牛乳 おから ぶた肉	ミニトマト たまねぎ にんじん	762	23.9
25	水	○	ごはん	牛乳	すいとん さけの塩焼き しゃくし菜ふりかけ	米 すいとん ごま油 ごま	牛乳 さけ とり肉 油揚げ ちりめんじゃこ かつお節	にんじん だいこん はくさい ながねぎ しゃくな	760	37.0
26	木	○	蒸し中華めん	牛乳	みそラーメン ひじきぎょうざ グレープフルーツ アーモンドフィッシュ	中華めん 小麦粉 アーモンド なたね油 さとう ごま油	牛乳 ぶた肉 ひじき みそ かつくちいわし	グレープフルーツ キャベツ にんじん もやし ながねぎ とうもろこし しょうが にんにく	826	33.3
27	金	○	ごはん	牛乳	きりたんぼ汁 さんが焼き 小松菜とにんじんの和え物	米 きりたんぼ なたね油	牛乳 あじ とり肉 たら	こまつな キャベツ にんじん はくさい ながねぎ ごぼう まいたけ たまねぎ	751	28.3
30	月		安 行 東 中 生 徒 が 考 え た 献 立			パン なたね油 じゃがいも 小麦粉 ラード でんぶん さとう	牛乳 たまご とり肉 ベーコン 脱脂粉乳	アスパラガス はくさい 洋なし とうもろこし かぶ にんじん たまねぎ	780	27.8
			ツイストパン	牛乳	かぶのシチュー オムレツ アスパラとコーンのソテー 洋なし					
31	火		ごはん	牛乳	マーボー豆腐 しゅうまい スウィーティー	米 なたね油 でんぶん ごま油 さとう	牛乳 とうふ ぶた肉 とり肉 みそ	たまねぎ スウィーティー にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ	801	31.8

・都合により食材料を変更することがありますのでご了承ください。

★ 1・2年生は、着持参の日にはきれいに洗って忘れずに持参するようお願いします。

・食物アレルギー・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」を各学校あて送付及び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。

・生徒が考えた献立は、学校給食メニューコンクールにおいて優れた献立から選定しています。

次 回 給 食 費 口 座 引 落 日 の ご 案 内		
対象給食月	口座振替日	
1月分	12月28日(水)	12月27日(火) までに入金をお願いします
2月分	1月31日(火)	1月30日(月) までに入金をお願いします

上記日程となりますので、所定の日におまでに学校給食費自動引落口座へ必ずご入金をお願いいたします。