



平成29年
9月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会

本校調理中学校

※ 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	箸持参の日	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	月		メロンパン	牛乳	ヌードルスープ ハンバーグデミグラスソース 粉ふきいも	パン 米粉めんじゃがいも なたね油 ラード 小麦粉	牛乳 とり肉	たまねぎ エリンギ にんじん とうもろこし キャベツ パセリ トマト	781	27.4
5	火		ごはん	牛乳	マーボー豆腐 春巻 オレンジ	米 小麦粉 なたね油 でんぶん 米粉 ごま油 さとう	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ	オレンジ たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ	805	29.5
6	水	○	酢めし	牛乳	ちらし寿司 すまし汁 さばの辛味焼き	米 でんぶん さとう	牛乳 たら たこ さば とり肉 油揚げ えび つみれ	にんじん しいたけ ほうれんそう かんぴょう さやえんどう こまつな	899	35.4
7	木	○	ゆでスパゲティ	牛乳	なすとトマトのミートソーススパゲティ 白身魚の香草フライ グレープフルーツ	スパゲティ オリーブ油 パン粉 米粉 なたね油 でんぶん 大豆油 パーム油	牛乳 ほき ぶた肉	グレープフルーツ りんご なす しょうが にんにく エリンギ たまねぎ にんじん トマト バジル	787	32.0
8	金	○	ごはん	牛乳	わかめスープ 豚キムチ炒め たこナゲット	米 なたね油 さとう でんぶん 米粉 ごま油 ごま	牛乳 たらいか たこ わかめ ぶた肉 うずら卵 みそ	キムチ たまねぎ しょうが ほうれんそう にんじん キャベツ ながねぎ いら	773	30.6
11	月		体育祭 振替休日							
12	火	○	ごはん ふりかけ	牛乳	わんたんスープ えびミックスフライ ブロッコリー	米 パン粉 わんたん ごま マヨネーズ なたね油 ごま油 小麦粉 さとう	牛乳 えび	ブロッコリー たまねぎ こまつな もやし しいたけ にんじん	761	24.7
13	水	○	ごはん	牛乳	異汁 さけの七味焼き もやしのサラダ	米 ドレッシング じゃがいも なたね油	牛乳 ぶた肉 油揚げ 大豆 みそ さけ	もやし にんじん ごぼう こまつな だいこん ながねぎ	751	34.8
14	木	○	地粉うどん	牛乳	きつねときのこのごまうどん ちくわの磯辺揚げ ミニトマト	うどん 小麦粉 なたね油 ごま さとう	牛乳 焼ちくわ ぶた肉 あおりの油揚げ	ミニトマト しいたけ にんじん しめじ まいたけ ながねぎ ほうれんそう	741	29.6
15	金	○	ごはん	牛乳	ジャンバラヤ はるさめスープ フライドポテト	米 じゃがいも 植物油 なたね油 はるさめ	牛乳 ぶた肉 とり肉 えび	にんじん たまねぎ ながねぎ ほうれんそう とうもろこし トマト	756	24.5
19	火		土曜参観日 振替休日							
20	水	○	わかめごはん	牛乳	さつまい かれないの甘酢あんかけ なし	米 でんぶん さとう なたね油 さつまいも 米粉	牛乳 きれいな とり肉 わかめ とうふ みそ	なし だいこん にんじん ごぼう	749	30.0
21	木	○	蒸し中華めん	牛乳	たんたんめん ひじきぎょうざ ぶどう	中華めん 小麦粉 なたね油 ごま ごま油 さとう ラー油	牛乳 ぶた肉 ひじき みそ	えのきたけ テンゲンサイ キャベツ ぶどう ながねぎ にんじん にんにく しょうが	787	29.8
22	金	○	ごはん	牛乳	秋の香りごはん みそ汁 厚焼たまご 水まんじゅう	米 でんぶん さとう くり なたね油 水あめ	牛乳 たまご あずき とり肉 わかめ みそ 油揚げ	だいこん たまねぎ しいたけ ながねぎ しめじ にんじん ごぼう	772	24.9
25	月		子供パン	牛乳	キャベツと肉団子のスープ コーンフライ オレンジ	パン 小麦粉 パン粉 なたね油 はるさめ	牛乳 とり肉	たまねぎ とうもろこし オレンジ キャベツ にんじん ほうれんそう	741	22.9
26	火	○	ごはん	牛乳	ピリ辛みそ汁 あじの香味ソース ミニトマト	米 なたね油 さとう でんぶん 米粉	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ あじ	ミニトマト ながねぎ にんじん にんにく ごぼう しょうが だいこん	740	32.2
27	水		麦ごはん	牛乳	カレーライス 温野菜サラダ もも	米 麦 ドレッシング じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油	牛乳 ぶた肉 わかめ 豆乳	キャベツ もも とうもろこし たまねぎ にんじん しょうが にんにく	797	24.2
28	木		市民体育祭							
29	金		市民体育祭							

・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。

★ 箸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。

次回給食費口座引落日のご案内		
対象給食月	口座振替日	
10月分	10月2日(月)	9月29日(金) 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。