



平成29年
12月

川口市マスコット「きゅぼらん」

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	著持参の日	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)	
1	金	芝東中生徒が考えた献立			米 ごまなたね油 さとう 水あめ	牛乳 ぶり油揚げ みそ	かぼちゃ れんこん みかん にんじん たまねぎ ほうれんそう	786	26.7	
		○	ごはん	牛乳						かぼちゃのみそ汁 ぶりの照り焼き れんこんの炒め物 みかんゼリー
4	月	はちみつパン	牛乳	野菜スープ えびミックスフライ かぼちゃのサラダ	パン 小麦粉 パン粉 はちみつ なたね油 マヨネーズ	牛乳 えび ベーコン 大豆	かぼちゃ えだまめ たまねぎ にんじん キャベツ ほうれんそう	752	28.6	
5	火	ごはん	牛乳	四川豆腐 しゅうまい みかん	米 小麦粉 さとう でんぶ ごま油 なたね油	牛乳 とうふ ぶた肉	たまねぎ たけのこ にんじん しいたけ しょうが にんにく みかん	817	32.2	
6	水	今月の郷土料理：長野県			米 ごまなたね油 でんぶ	牛乳 とり肉 ちりめんじゃこ 油揚げ 焼ちくわ とうふ	のぎわな えのきたけ にんにく しょうが にんにく ほうれんそう ながねぎ	751	33.1	
		○	ごはん	牛乳						大平汁 山賊揚げ 野沢菜のふりかけ
大平汁は、大きくて平たいお椀に盛るため、この名前がつけました。お正月や冠婚葬祭によく登場する郷土料理です。										
7	木	○	地粉うどん	牛乳	ねぎまうどん 大学いも ブロッコリー	うどん 水あめ さつまいも マヨネーズ なたね油 さとう ごま	牛乳 とり肉 油揚げ なたね	ブロッコリー ながねぎ にんにく ほうれんそう しょうが	772	24.3
8	金	北中生徒が考えた献立			米 パン粉 さとう じゃがいも でんぶ ちくわぶ	牛乳 とり肉 油揚げ かつお節 こんぶ 揚げポールウズら卵	こまつな だいこん たまねぎ にんじん	791	28.3	
		○	茶めし	牛乳						おでん 白ごまつくね 小松菜のおひたし
11	月	クロワッサン	牛乳	冬野菜のシチュー ハンバーグきのこソース フルーツゼリー	パン 小麦粉 さとう ラード じゃがいも なたね油	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	たまねぎ ぶどう ブロッコリー にんにく にんじん はくさい かぶ えのきたけ しめじ りんご	774	28.3	
12	火	麦ごはん	牛乳	カレーライス オムレツ ごぼうサラダ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 さとう ドレッシング ごま でんぶ	牛乳 たまご ぶた肉 豆乳	ごぼう にんじん たまねぎ とうもろこし しょうが にんにく	837	28.5	
13	水	○	わかめごはん	牛乳	とん汁 さばのごまみりん焼き りんご	米 ごまなたね油	牛乳 さば ぶた肉 わかめ とうふ みそ	にんじん ながねぎ ごぼう だいこん しょうが りんご	786	31.2
14	木	○	蒸し中華めん	牛乳	肉みそラーメン 春巻 スウィーティー	中華めん 小麦粉 なたね油 さとう ごま油 ごま	牛乳 ぶた肉 みそ	たけのこ にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ チンゲンサイ ながねぎ しょうが スウィーティー	774	28.4
15	金	○	ごはん	牛乳	わんたんスープ 鶏肉の中華風ソース はるさめサラダ	米 わんたん ごま油 さとう はるさめ ドレッシング でんぶ なたね油	牛乳 とり肉 ぶた肉	キャベツ たまねぎ こまつな にんじん とうもろこし もやし しょうが しいたけ にんにく	849	27.9
18	月	バターロール	牛乳 コーヒー 飲料	牛乳	白菜と肉団子のスープ かぼちゃのグラタン風 オレンジ	パン パン粉 なたね油 はるさめ バター 小麦粉	牛乳 とり肉 チーズ 脱脂粉乳	かぼちゃ たまねぎ はくさい ほうれんそう にんじん オレンジ	843	27.9
19	火	○	ごはん	牛乳	油揚げと小松菜のみそ汁 豚肉のしょうが炒め 切り干し大根の煮物	米 なたね油 さとう でんぶ	牛乳 豆腐 ぶた肉 油揚げ さつま揚げ みそ	切干大根 にんじん しょうが たまねぎ こまつな	786	33.8
20	水	ドライカレー	牛乳	ペーザンヌスープ 鶏肉のトマトソース ブロッコリーと根菜のサラダ ケーキ	米 なたね油 じゃがいも さとう ドレッシング マーガリン でんぶ オリーブ油	牛乳 豆乳 ソーセージ とり肉	ブロッコリー えのきたけ だいこん かぶ キャベツ たまねぎ とうもろこし トマト にんにく エリンギ にんじん	909	27.0	

★ 著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いたします。

- ・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。
- ・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。

・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	
12月分	11月30日(木)	11月29日(水) までに入金をお願いします
1月分	12月28日(木)	12月27日(水) 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。



平成30年4月 中核市 川口 誕生