

川口市マスコット「きゅぽらん」

♡毎月19日は食育の日です♡

令和8年
11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

※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	箸持参の日	献立名 主食	飲み物	おかず	主な食品 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	栄養価 エネルギー(kcal)	たん白質(g)
			今年度のテーマ『給食で魚について知ろう！』							
2	月		コッペパン	牛乳	さつまいもポタージュ サーモンフライ コーンスローサラダ	パン さつまいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング パン粉 でんぷん	牛乳 ベーコン さけ 脱脂粉乳	たまねぎ キャベツ にんじん とうもろこし	792	30.0
4	水	○	ごはん	牛乳	まゆ玉汁 豚肉の元気ソース炒め じゃことしゃくし菜ふりかけ	米 なたね油 さとう でんぷん ごま油 ごま 上新粉	牛乳 みそ ぶた肉 ちりめんじゃこ かつお節	だいこん にんじん はくさい ながねぎ にんにく しょうが しゃくしな	758	31.3
5	木	○	蒸し中華めん	牛乳	豆腐ラーメン 彩の国ねぎみそぎょうざ わかめのサラダ	中華めん なたね油 でんぷん ドレッシング 小麦粉 ごま油	牛乳 ぶた肉 とうふ わかめ みそ	にんじん ながねぎ こまつな にんにく しょうが キャベツ とうもろこし	829	32.2
6	金	○	ごはん	牛乳	呉汁 肉団子の和風あんかけ きんぴられんこん	米 じゃがいも なたね油 さとう でんぷん ごま	牛乳 ぶた肉 大豆 油揚げ みそ とり肉 さつま揚げ	にんじん だいこん ながねぎ れんこん たまねぎ	756	28.9
9	月		子供パン	牛乳	押麦入り野菜スープ メンチカツ ブロッコリーと根菜のサラダ	パン じゃがいも 大麦 なたね油 ドレッシング パン粉	牛乳 とり肉 ぶた肉	にんじん たまねぎ ブロッコリー だいこん	750	27.5
10	火		麦ごはん	牛乳	カレーライス 温野菜サラダ 川口いちごゼリー	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 ごま ドレッシング さとう	牛乳 ぶた肉 豆乳 わかめ	たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ とうもろこし いちご レモン	756	23.1
11	水	○	酢めし	牛乳	鉄骨ちらし 鋳物汁 ぶりの照り焼き	米 なたね油 さとう ごま油	牛乳 ぶた肉 油揚げ ひじき えび とうふ みそ ぶり	にんじん たまねぎ ながねぎ	762	29.8
12	木	○	地粉うどん	牛乳	おっきりこみ みそポテト りんご	うどん なたね油 さとう じゃがいも 小麦粉	牛乳 とり肉 油揚げ みそ	にんじん だいこん はくさい しいたけ ながねぎ りんご	749	23.5
			里中独自献立　キラリンメニュー　保健委員会と給食委員会の生徒が考えた献立が登場します！							
13	金	○	ごはん	牛乳	トリニータ丼 中華風とろみスープ 豚肉とごぼうの炒め物	米 なたね油 さとう でんぷん ごま油	牛乳 とり肉 たまご とうふ ぶた肉 わかめ	にら にんにく しょうが たまねぎ えのきたけ ごぼう にんじん	813	30.0
16	月		黒パン	牛乳	カレー野菜スープ 川口ポテトコロッケ ウインナーと大豆のケチャップ炒め	パン 黒とう なたね油 パン粉 じゃがいも さとう	牛乳 とり肉 ソーセージ 大豆	たまねぎ にんじん こまつな とうもろこし	768	26.5
17	火	○	ごはん	牛乳	ごまみそ汁 和風ハンバーグ キャベツサラダ	米 じゃがいも ごま さとう でんぷん ドレッシング ラード	牛乳 ぶた肉 油揚げ みそ とり肉	にんじん だいこん ながねぎ はくさい キャベツ たまねぎ とうもろこし	750	26.4
18	水	○	ごはん	牛乳	かてめし 彩の国汁 さばの辛味焼き	米 なたね油 さとう さといも ごま油	牛乳 とり肉 油揚げ 凍りどうふ ぶた肉 さば	ごぼう にんじん しいたけ だいこん こまつな ながねぎ	763	29.7
19	木	○	ゆでスパゲティ	牛乳	クリームソーススパゲティ チキンナゲット 寄居町みかんゼリー	スパゲティ なたね油 小麦粉 ラード さとう オリーブ油	牛乳 ベーコン 脱脂粉乳 とり肉 大豆 おから	たまねぎ にんじん ほうれんそう みかん	888	32.6
20	金	○	わかめごはん	牛乳	秋野菜のみそ汁 いろどりたまご焼き 厚揚げの煮物	米 さつまいも なたね油 さとう	牛乳 わかめ みそ たまご 厚揚げ ぶた肉	にんじん れんこん ぶなしめじ しいたけ ながねぎ ほうれんそう	753	23.8
24	火	○	ごはん	牛乳	ふき寄せごはん けんちん汁 あじフライ	米 なたね油 さとう さといも パン粉 でんぷん	牛乳 とり肉 とうふ 油揚げ あじ	にんじん ごぼう ぶなしめじ しいたけ えだまめ だいこん ながねぎ しょうが	759	29.2
25	水		ごはん	牛乳	マーボー豆腐 春巻 海藻サラダ	米 でんぷん ごま油 さとう なたね油 ドレッシング 小麦粉	牛乳 とうふ ぶた肉 みそ わかめ 茎わかめ 赤つのまた	たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく ながねぎ もやし	875	29.6
26	木	○	地粉うどん	牛乳	ねぎまうどん 大学いも ゆずゼリー	うどん なたね油 さつまいも さとう 水あめ ごま	牛乳 とり肉 油揚げ なると	ながねぎ にんじん こまつな しょうが ゆず	762	22.1
27	金	○	ごはん	牛乳 コーヒー飲料	トック入りスープ 川口みそのスタミナ焼肉 ミニトマト	米 トック なたね油 さとう ごま	牛乳 わかめ ぶた肉 みそ	にんじん たまねぎ えのきたけ ながねぎ にら しょうが にんにく トマト	765	26.6
30	月		ツイストパン	牛乳	むさしのシチュー かぼちゃコロッケ 小松菜のサラダ	パン さつまいも なたね油 小麦粉 ラード ドレッシング パン粉	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ ブロッコリー かぼちゃ こまつな もやし	783	23.4

川口市の学校給食では、カシューナッツ、くるみ、そば、落花生（ピーナッツ）、アーモンド、あわび、いくら、キウイフルーツ、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。

・「スプーン」○印の日のみ、学校給食センターより給食時にスプーンを用意いたします。
○印のある日ない日に関わらず、**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。**

・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。

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

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（月）
1月分	12月28日（月）

・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、学校にお問い合わせください。

←献立日誌のページ
食品一覧表のページ→