川口市マスコット「きゅぽらん」

令和2年
8・9月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
センター調理小学校
（元郷学校給食センターA献立）

※献立名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ではありませんので、ご了承ください。

月	日	曜	スプーン	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)
8	24	月	○	はちみつパン	牛乳	ミネストローネ ポテトコロッケ ほうれん草とウインナーのソテー	パン じゃがいも さとう マカロニ なたね油 パン粉 はちみつ	牛乳 ベーコン いんげん豆 ソーセージ	キャベツ たまねぎ にんじん パプリカ トマト かぼちゃ にんにく ほうれんそう エリンギ	602	20.0
	25	火	○	ナン	牛乳	コーンポタージュ ドライカレー ポテトサラダ	ナン 小麦粉 ラード なたね油 じゃがいも マヨネーズ コーンスターチ	牛乳 とり肉 大豆 ぶた肉 ハム 脱脂粉乳	たまねぎ とうもろこし パセリ にんじん にんにく しょうが きゅうり	614	29.8
	26	水	○	子供パン	牛乳	ポトフ オムレツ マカロニのハヤシ煮	パン じゃがいも なたね油 マカロニ 小麦粉 ラード さとう でんぷん	牛乳 ソーセージ たまご ぶた肉	にんじん キャベツ だいこん たまねぎ ブロッコリー エリンギ ピーマン	591	25.0
	27	木	○	コッペパン	牛乳	野菜とミートボールのクリームスープ チキンソテートマトソース ミニトマト	パン なたね油 小麦粉 ラード さとう でんぷん	牛乳 とり肉 ぶた肉 脱脂粉乳	ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく ぶなしめじ トマト	602	30.7
	28	金		地粉うどん	牛乳	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ 野菜炒め	うどん さとう 小麦粉 なたね油	牛乳 油揚げ とり肉 焼ちくわ あおさ ハム	にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ もやし	658	27.2
9	1	火	○	ごはん	牛乳	ハヤシライス ブロッコリー レモンゼリー	米 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう マヨネーズ 水あめ	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん ブロッコリー レモン	649	21.4
	2	水	○	はちみつパン	牛乳	カレー風味の野菜スープ メンチカツ いんげんとコーンのソテー	パン じゃがいも なたね油 はちみつ パン粉	牛乳 ぶた肉 ベーコン	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが さやいんげん とうもろこし	582	25.0
	3	木		ごはん	牛乳	さつま汁 さばの塩こうじ焼き ひじきの五目煮	米 さつまいも なたね油 さとう	牛乳 とり肉 とうふ みそ さば ひじき 油揚げ 凍りどうふ	だいこん にんじん ながねぎ えだまめ	653	25.7
	4	金		ホット中華めん	牛乳	たんたんめん ぎょうざ オレンジ	中華めん ごま なたね油 さとう ラード 小麦粉	牛乳 ぶた肉 みそ	チンゲンサイ えのきたけ ながねぎ にんじん にんにく しょうが オレンジ キャベツ	660	26.9
	7	月		わかめごはん	牛乳	みそけんちん 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ	米 さといも さとう でんぷん なたね油 マカロニ マヨネーズ	牛乳 とうふ みそ とり肉 わかめ	にんじん ごぼう だいこん ながねぎ ほうれんそう しょうが にんにく キャベツ きゅうり たまねぎ とうもろこし	699	24.7
				給食で世界を旅しよう 今月の国「タイ」							
	8	火	○	ごはん	牛乳	ガパオライス タイ風つくねスープ 白身魚のチリソースがけ	米 さとう なたね油 はるさめ ごま油 でんぷん パン粉	牛乳 ぶた肉 とり肉 とうふ ほき	にんにく たまねぎ パプリカ ぶなしめじ キャベツ ピーマン にんじん にら きくらげ ながねぎ しょうが バジル	629	30.5
				ガパオライスは、赤や黄色のパプリカ、バジルの入った香りのよい「炒めごはん」です。							
	9	水	○	子供パン	牛乳	マカロニスープ ハンバーグきのこソース 粉ふきいも	パン マカロニ なたね油 さとう じゃがいも ラード	牛乳 とり肉	たまねぎ にんじん ほうれんそう とうもろこし ぶなしめじ エリンギ パセリ	594	25.0
	10	木		ごはん	牛乳	トック入りスープ タッカルビ もやしのごま和え	米 トック ごま油 さとう ごま	牛乳 ぶた肉 わかめ うずら卵 とり肉	えのきたけ しいたけ たまねぎ にんじん ながねぎ ピーマン しょうが にんにく キムチ もやし こまつな	639	24.4
	11	金		地粉うどん	牛乳	カレーうどん さつまいもの天ぷら ぶどう	うどん さとう 小麦粉 ラード でんぷん さつまいも なたね油	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん ほうれんそう ぶどう	657	21.1
	14	月		ごはん	牛乳	すいとん さんまのかば焼き こんにゃくの炒め煮	米 すいとん なたね油 さとう でんぷん	牛乳 とり肉 油揚げ さんま ぶた肉	にんじん だいこん はくさい ながねぎ さやえんどう	706	25.6
	15	火	○	ごはん	牛乳	中華丼 しゅうまい 三色ナムル	米 なたね油 さとう でんぷん ごま ごま油 小麦粉	牛乳 ぶた肉 かまぼこ うずら卵	はくさい たまねぎ にんじん しいたけ チンゲンサイ にんにく もやし こまつな	594	25.5
	16	水	○	黒パン	牛乳	きのこのクリームスープ ポテトコロッケ チキン入りサラダ	パン 小麦粉 ラード じゃがいも なたね油 さとう 黒とう パン粉	牛乳 ベーコン とり肉 脱脂粉乳	にんじん たまねぎ ぶなしめじ えのきたけ しいたけ エリンギ パセリ キャベツ きゅうり	632	22.4
	17	木		ごはん	牛乳	中華風かきたまコーンスープ スタミナ焼肉 ミニトマト	米 ごま油 でんぷん なたね油 さとう コーンスターチ	牛乳 たまご ぶた肉 みそ	たまねぎ とうもろこし にんにく しょうが ながねぎ にら もやし トマト	600	27.7
	18	金		ホット中華めん	牛乳	長崎ちゃんぽん 春巻 中華サラダ	中華めん なたね油 でんぷん ごま油 さとう 小麦粉	牛乳 ぶた肉 かまぼこ ハム	はくさい もやし ながねぎ にんじん しょうが にんにく キャベツ とうもろこし	704	24.5
	23	水	○	バターロール	牛乳	キャベツと肉団子のスープ チーズオムレツ ポークビーンズ	パン なたね油 じゃがいも さとう でんぷん	牛乳 とり肉 大豆 ぶた肉 たまご チーズ	キャベツ にんじん ほうれんそう たまねぎ トマト	593	26.5
	24	木		ごはん	牛乳	すまし汁 さけのマヨネーズ焼き 野菜のうま煮	米 マヨネーズ じゃがいも さとう	牛乳 とうふ わかめ さけ みそ ぶた肉	だいこん にんじん こまつな ながねぎ たまねぎ さやいんげん	581	26.2
	25	金		地粉うどん	牛乳	親子うどん 笹かまぼこの磯辺揚げ いんげんのごま和え	うどん さとう でんぷん 小麦粉 なたね油 ごま	牛乳 とり肉 たまご ささかまぼこ あおさ	ほうれんそう にんじん ながねぎ さやいんげん	631	28.4
	28	月	○	麦ごはん	牛乳	カレーライス フレンチサラダ	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ラード なたね油 オリーブ油 さとう 大豆油	牛乳 ぶた肉	たまねぎ にんじん しょうが にんにく ほうれんそう キャベツ とうもろこし きゅうり	633	19.2
	29	火		ごはん	牛乳	とん汁 いわしの梅しょうゆ煮 きんぴらごぼう	米 ごま なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 とうふ みそ いわし	にんじん だいこん ながねぎ ほうれんそう ごぼう うめ	642	26.3
	30	水	○	ツイストパン	牛乳	パンプキンポタージュ フライドチキン シーフードサラダ	パン なたね油 小麦粉 ラード でんぷん オリーブ油 さとう	牛乳 ベーコン とり肉 えび いか 脱脂粉乳	かぼちゃ たまねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり パプリカ	665	26.0

・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。
・毎月19日は食育の日です。
・「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。**

・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、学校をとおして給食センターにご相談ください。
　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	
7月分	7月31日（金）	7月30日（木） までに入金お願いします
9月分	8月31日（月）	8月30日（日） までに入金お願いします

上記日程となりますので、所定の日にち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。