



♡毎月19日は食育の日です♡

令和7年

12月

学校給食共同献立表

川口市教育委員会
自校調理小学校

川口市マスコット「きゅぼらん」

※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	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	月	キムタクごはん	牛乳	チキンナゲット トック	米 ごま油 なたね油 トック	牛乳 ぶた肉 とり肉 大豆 おから	ながねぎ キムチ たくあん にんじん キャベツ しいたけ みつば	645	26.2
2	火	ホット中華めん	牛乳	タンタンメン ポークしゅうまい りんご	中華めん ごま油 ごま 小麦粉 ラー油	牛乳 ぶた肉 みそ	ながねぎ たけのこ にんにく しょうが チンゲンサイ りんご たまねぎ	603	29.4
3	水	ごはん	牛乳	豚肉とうずらの卵のうま煮 白菜のみそ汁	米 さといも なたね油 さとう	牛乳 ぶた肉 うずら卵 油揚げ わかめ みそ	だいこん にんじん しょうが にんにく チンゲンサイ はくさい	595	26.8
4	木	コッペパン	牛乳	たちうおフライ 小松菜のソテー ベーコンスープ	パン なたね油 小麦粉	牛乳 たちうお ベーコン	こまつな とうもろこし にんじん にんにく たまねぎ キャベツ にはら	587	22.8
5	金	メロンパン	牛乳	ホワイシチュー 野菜サラダ	パン じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう	牛乳 ぶた肉 脱脂粉乳 わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり とうもろこし	648	23.6
8	月	中華おこわ	牛乳	ぎょうざ 春雨スープ	米 もち米 なたね油 ごま油 小麦粉 でんぷん はるさめ	牛乳 とり肉 ぶた肉 ベーコン	しょうが にんじん たけのこ しいたけ たまねぎ もやし ながねぎ こまつな キャベツ	593	23.9
9	火	ホット中華めん	牛乳	タンメン てり焼きまん	中華めん なたね油 でんぷん 小麦粉 さとう	牛乳 ぶた肉 とり肉	にんじん はくさい もやし ながねぎ しいたけ	588	28.0
10	水	ごはん	牛乳	たらのごまみそあえ かきたま汁	米 なたね油 さとう ごま でんぷん	牛乳 たら みそ たまご	にんじん ながねぎ ほうれんそう	585	24.4
11	木	麦ごはん	牛乳	カレーライス フルーツカクテル	米 麦 じゃがいも なたね油 小麦粉 ラード さとう 水あめ	牛乳 ぶた肉 チーズ 脱脂粉乳 寒天	たまねぎ にんじん しょうが にんにく もりりんご ぶどう ナタデココ	641	21.3
12	金	揚げパン (グラニュー糖)	牛乳	ポトフ みかん	パン なたね油 さとう じゃがいも	牛乳 ソーセージ	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ みかん	587	18.8
15	月	ごはん	牛乳	マーボー大根 わんたんスープ 青りんごゼリー	米 なたね油 さとう でんぷん ごま油 わんたん ラー油	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉	だいこん にんじん ながねぎ たけのこ にはら にんにく しょうが しいたけ たまねぎ もやし ほうれんそう りんご	589	25.2
今月のかむ力を育てるメニュー：いかと春菊のかき揚げ									
16	火	地粉うどん	牛乳	肉なんぼん いかと春菊のかき揚げ	うどん なたね油 さとう でんぷん 小麦粉	牛乳 ぶた肉 いか えび たまご	にんじん はくさい ながねぎ ほうれんそう たまねぎ しゅんぎく	600	25.8
17	水	くわいごはん	牛乳	わかさぎの天ぷら 豚汁	米 もち米 小麦粉 なたね油 大豆油	牛乳 とり肉 わかさぎ ぶた肉 とうふ みそ	にんじん ぶなしめじ くい だいこん ごぼう ながねぎ	590	27.8
18	木	はちみつパン	牛乳	ハンバーグデミグラスソース ふきいも 野菜スープ	パン はちみつ なたね油 じゃがいも ラード 小麦粉	牛乳 とり肉	たまねぎ マッシュルーム にんじん キャベツ とうもろこし トマト	587	23.5
19	金	フラワー ロール	牛乳	ほきのパジル揚げ もやしとコーンのソテー 豆乳クリームスープ	パン なたね油 小麦粉 パン粉	牛乳 ほき ぶた肉 豆乳	もやし にんじん とうもろこし たまねぎ パセリ パジル	636	24.7
22	月	ウイナー ピラフ	牛乳	フライドチキン かぼちゃのミネストローネ ◎チョコレートケーキ (代替食 米粉のチョコレートケーキ)	米 なたね油 小麦粉 でんぷん マカロニ (さとう) チョコレート (やし油) (ココア) (米粉)	牛乳 ソーセージ とり肉 ベーコン たまご 乳製品 (豆乳)	たまねぎ にんじん かぼちゃ マッシュルーム トマト にんにく	650	27.1

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

・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いたします。

・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。

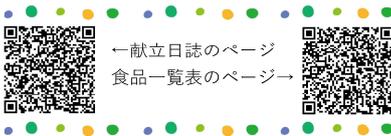
・◎印がついている献立について、食物アレルギーのある児童のうち代替食を希望する方には、代替食を提供します。

それぞれの主な食品は下線、代替食品は括弧書きで表記します。

◆川口市児童生徒体力向上推進委員会の咀嚼力の向上に関する研究と連携して、令和7年度は毎月「かむ力を育てるメニュー」を紹介します。かむ力を育てることは、さまざまな健康効果があります。日頃からよくかんで食べる習慣を身につけましょう。

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	12月1日(月)
1月分	1月5日(月)

・口座へのご入金、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、学校にお問合せください。



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

12月10日から16日は

「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です

1970年代から1980年代にかけて、北朝鮮が多くの日本人を拉致しました。「らち」は本人がのぞまないのに連れ去ることで、川口市にも、北朝鮮にらちされたまま、家族のもとへかえってこられていない方がいます。「らちもんだい」は昔の話、ではありません。

問合せ・川口市福祉総務課(048-259-7929)

福祉総務課ホームページ



クリスマスおはなし会のお知らせ 川口市立図書館

小学生向け

ちょっと特別なおはなし会に参加してみませんか？クリスマスにぴったりのおはなし会を開催します♪

●中央
12月6日(土)
時間:15:00~15:40
会場:7階 フレゼンセンター・ジョンスタジアム

●前川★
12月20日(土)
時間:15:00~15:45
会場:3階 講義室

●新郷★
12月13日(土)
時間:15:10~15:40
会場:1階 日本間
図書館ホームページ

●戸塚★
12月20日(土)
時間:15:00~15:50
会場:2階 図書館会議室

●鳩ヶ谷
12月20日(土)
時間:15:00~15:40
会場:1階 おはなしのへや

★マークの会は事前申込が必要です。詳しくは、お近くの図書館へお尋ねいただくか、または図書館HPをご覧ください。

●芝園分室
12月23日(火)
時間:15:00~15:30
会場:子ども閲覧室

●芝北文庫
12月24日(水)
時間:14:30~15:15
会場:日本間1号

