

令和4年

川口市学校給食献立日誌

5月

センター調理小学校
(元郷学校給食センターB献立)



献立実施校
芝・青木北・芝南・芝樋ノ爪・芝中央・戸塚東

川口市マスコット「きゅぼらん」

川口市教育委員会

～食物アレルギーに関する留意事項～

- 本誌に記載の食物アレルギーについては、食品衛生法施行規則で「特定原材料」として定める7品目（えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生）並びに「特定原材料に準ずるもの」21品目（アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ごま、カシューナッツ）についてのみ記載しており、その他のアレルギー物質については、記載していません。
- コンタミネーション（食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料等が意図せずして最終加工食品に混入してしまうことです。）については記載してありませんのでご注意ください。
- 調理場・調理従事者・調理機器・器具・食器はアレルギー専用ではございません。注意して調理しておりますが、同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。
- 揚げ油は、ろ過して数回使用しているため、アレルゲンを含む原材料及び加工食品も調理しております。
- 丸ごと食べられる魚は魚卵を含む場合がございます。また、魚介類（ちりめんじゃこ等の小魚）や海藻類には収穫の際に、えび、かに、いか等の混入の可能性があります。それらを調理過程において、完全に除去することはできませんのでご了承ください。
- 製造業者からの食品内容報告時、最終加工品における特定原材料等の総タンパク質量が数 $\mu\text{g}/\text{ml}$ の濃度レベル又は数 $\mu\text{g}/\text{mg}$ 含有レベルに満たないこと等によりアレルギー症状を誘発する可能性が極めて低いため、アレルギー物質の表示を省略して報告を受けましたが、学校保健課判断によりアレルギー物質を原材料として使用していることから、極微量であっても食物アレルギー症状が起きるのを避けるために表示をしております。



川口市マスコット「きゅぼらん」

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月2日月曜日

<献立名> ごはん 牛乳 すまし汁 かつおのごま風味揚げ きんぴられんこん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
だいこん(生)	22.22	20.00	
かまぼこ(かぶと型)	6.00	6.00	
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
かつおのごま風味揚げ(冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、ごま
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
れんこん水煮(いちょう切り)	15.00	15.00	
にんじん(せん切り)	12.00	12.00	
鶏ももこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 はるさめといんげんの炒め物

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(冷凍)	110.00	110.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.54	0.50	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
トウバンジャン	0.10	0.10	
四川黒ソース(冷凍)	1.20	1.20	小麦、大豆、鶏肉、ごま
テンメンジャン	1.00	1.00	小麦、大豆、ごま
清酒	3.00	3.00	
みそ(赤)	8.00	8.00	大豆
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
でん粉(じゃがいも)	1.60	1.60	
ごま油	0.50	0.50	ごま
三温糖	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
水	30.00	30.00	
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
はるさめ(炒め用)	8.00	8.00	
いんげん(冷凍)	12.00	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
三温糖	0.60	0.60	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
ごま・いり(白)	0.30	0.30	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	40.00	40.00	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月9日月曜日

<献立名> ごはん 牛乳 春野菜のみそ汁 ししゃもの南蛮風 切り干し大根の煮物

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
キャベツ(生)	17.65	15.00	
じゃがいも(生)	44.44	40.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
ししゃも(でん粉付き・冷凍)	1.8個	32.00	
なたね油(揚油)	3.00	3.00	
三温糖	4.00	4.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	
水	1.50	1.50	
			【ししゃもの南蛮風】 1～2年生：1個 3～6年生：2個
切り干し大根	5.00	5.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	4.00	4.00	
えだまめ(冷凍)	7.00	7.00	大豆
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	3.60	3.60	小麦、大豆
水	7.00	7.00	

<献立名> 豚丼 牛乳 いも団子汁 アスパラのごま和え

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
豚肉(もも・こま)	40.00	40.00	豚肉
しょうが(生)	0.25	0.20	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	4.50	4.50	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも団子(冷凍)	33.00	33.00	
油揚げ(カット・冷凍)	7.00	7.00	大豆
こまつな(生)	11.76	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
だしのもと	1.00	1.00	
食塩	0.70	0.70	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
アスパラガス(冷凍)	15.00	15.00	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
すりごま(白)	1.00	1.00	ごま
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
三温糖	1.40	1.40	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月11日水曜日

<献立名> はちみつパン 牛乳 ミネストローネ メンチカツ オレンジ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
はちみつパン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
はちみつパン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
はちみつパン(1コ取り) (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ショルダーベーコン (短冊)	5.00	5.00	豚肉
キャベツ (生)	23.53	20.00	
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
パプリカ (黄)	3.33	3.00	
じゃがいも (生)	20.00	18.00	
トマト (カット)	10.00	10.00	
トマトピューレー	8.00	8.00	
パンプキンペースト (冷凍)	12.00	12.00	
白いんげん (レトルト)	6.00	6.00	
三温糖	0.20	0.20	
マカロニ (アルファベット・乾)	3.00	3.00	小麦
にんにく (生)	0.33	0.30	
なたね油	1.00	1.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	1.00	1.00	
こしょう (白)	0.01	0.01	
水	110.00	110.00	
メンチカツ (冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース (ボトル)	5.00	5.00	
オレンジ (生)	1/6個	19.00	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 ジャがいもと厚揚げのうま煮 白ごまつくね わかめとえのきの煮浸し

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(生)	77.78	70.00	
にんじん(生)	25.77	25.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
絹厚あげ(冷凍)	30.00	30.00	大豆
たけのこ(レトルト)	10.00	10.00	
グリーンピース(冷凍)	5.00	5.00	
だしのもと	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	1.80	1.80	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	8.00	8.00	小麦、大豆
水	40.00	40.00	
白ごまつくね(冷凍)	2個	40.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
なたね油	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	0.67	0.67	
でん粉(じゃがいも)	0.33	0.33	
水	6.67	6.67	
カットわかめ	1.30	1.30	
えのきたけ(バラカット)	13.00	13.00	
もやし(生)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
だしのもと	0.30	0.30	
水	2.00	2.00	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月13日 金曜日

<献立名> きつねうどん 牛乳 笹かまぼこの磯辺揚げ ブロッコリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん (低)	1個	60.00	小麦
地粉うどん (中)	1個	70.00	小麦
地粉うどん (高)	1個	80.00	小麦
油揚げ (カット・冷凍)	10.00	10.00	大豆
豚肉 (もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
ほうれんそう (冷凍)	10.00	10.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	14.00	14.00	小麦、大豆
みりん (本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
三温糖	1.50	1.50	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
笹かまぼこ	2個	40.00	
小麦粉	4.00	4.00	小麦
あおさ (粉末)	0.06	0.06	
水	6.00	6.00	
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
ブロッコリー (冷凍)	40.00	40.00	
ごまドレッシング (ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 さばのみそ煮 小松菜のおひたし

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
干ししいたけ(スライス)	0.80	0.80	
せんべい(砕き)	5.00	5.00	小麦粉
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	5.50	5.50	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
さばの切り身(冷凍)	1個	40.00	さば
しょうが(生)	1.25	1.00	
みそ(赤)	5.40	5.40	大豆
こいくちしょうゆ	2.70	2.70	小麦、大豆
清酒	2.70	2.70	
三温糖	4.00	4.00	
だしのもと	0.30	0.30	
はくさい(生)	26.60	25.00	
小松菜(冷凍)	20.00	20.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
かつお節(碎片)	0.70	0.70	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
三温糖	1.80	1.80	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月17日 火曜日

<献立名> ひじきごはん 牛乳 みそけんちん 厚焼きたまご

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
ひじき	3.00	3.00	
豚肉(もも・ひき)	15.00	15.00	豚肉
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
糸こんにゃく	8.00	8.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
厚焼きたまご(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月18日水曜日

<献立名> 黒パン 牛乳 グリーンポタージュ 白身魚のフライ コーンソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
黒パン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
黒パン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
黒パン (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
うらごしグリーンピース (冷凍)	25.00	25.00	
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
ショルダーベーコン (短冊)	6.00	6.00	豚肉
グリーンピース (冷凍)	3.00	3.00	
ホワイトルウ	6.50	6.50	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	70.00	70.00	乳
食塩	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	0.50	0.50	
水	80.00	80.00	
たらポーションフライ (冷凍)	1個	40.00	小麦
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
中濃ソース (ボトル)	5.00	5.00	
ホールコーン (冷凍)	30.00	30.00	
プレスハム (短冊)	5.00	5.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月19日 木曜日

<献立名> ハヤシライス 牛乳 フレンチサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(生)	55.56	50.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
コンソメのもと	0.65	0.65	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(赤)	2.00	2.00	
食塩	0.34	0.34	
こしょう(白)	0.03	0.03	
なたね油	0.50	0.50	
デミグラスソース	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
ハヤシルウ	15.00	15.00	小麦、大豆、豚肉
ウスターソース	3.00	3.00	
三温糖	0.80	0.80	
水	130.00	130.00	
牛乳	1個	206.00	乳
キャベツ(生)	29.41	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
きゅうり(生)	10.20	10.00	
オリーブ油	2.70	2.70	
穀物酢	1.17	1.17	
食塩	0.43	0.43	
こしょう(白)	0.02	0.02	
三温糖	0.45	0.45	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月20日 金曜日

<献立名> みそラーメン 牛乳 ぎょうざ ミニトマト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ホット中華めん (低)	1個	60.00	小麦
ホット中華めん (中)	1個	70.00	小麦
ホット中華めん (高)	1個	80.00	小麦
豚肉 (もも・ひき)	12.00	12.00	豚肉
キャベツ (生)	25.88	22.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
もやし (生)	12.00	12.00	
ホールコーン (冷凍)	8.00	8.00	
しょうが (生)	1.25	1.00	
にんにく (生)	0.54	0.50	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
みそ (白)	11.00	11.00	大豆
みそ (赤)	2.00	2.00	大豆
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ぎょうざ (冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
ミニトマト (生)	2個	21.56	

<献立名> ごはん 牛乳 打ち豆汁 ささみレモン風味 ブロッコリーのお浸し

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
打ち豆	6.00	6.00	大豆
だいこん(生)	33.33	30.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
じゃがいも(生)	16.67	15.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
とりささみ	1個	40.00	鶏肉
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
でん粉(じゃがいも)	4.00	4.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
レモン汁	1.50	1.50	
ブロッコリー(冷凍)	35.00	35.00	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
かつお節(碎片)	0.60	0.60	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月24日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 若竹汁 和風おろしハンバーグ こんにゃくの炒め煮

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
たけのこ(レトルト)	15.00	15.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
食塩	0.80	0.80	
だしのもと	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	155.00	155.00	
ハンバーグ(冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	0.10	0.10	
大根おろし(冷凍)	10.00	10.00	
三温糖	1.60	1.60	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	3.30	3.30	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
豚肉(もも・こま)	12.00	12.00	豚肉
板こんにゃく	25.00	25.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
いんげん(冷凍)	8.00	8.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.33	0.33	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.10	1.10	
みりん(本みりん)	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月25日水曜日

<献立名> バターロール 牛乳 野菜スープ 鶏肉のカレー風味焼き マカロニサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
バターロールクレーセント (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
バターロールクレーセント (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
バターロールクレーセント (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
シヨルダーベーコン (短冊)	10.00	10.00	豚肉
キャベツ (生)	41.18	35.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
こしょう (白)	0.01	0.01	
食塩	0.50	0.50	
水	150.00	150.00	
鶏もも (皮つき)	1個	50.00	鶏肉
食塩	0.30	0.30	
こしょう (白)	0.02	0.02	
カレー粉	0.60	0.60	
なたね油	0.10	0.10	
マカロニ (ツイスト・乾)	5.00	5.00	小麦
えだまめ (冷凍)	8.00	8.00	大豆
にんじん (生)	5.15	5.00	
たまねぎ (生)	5.32	5.00	
ホールコーン (冷凍)	10.00	10.00	
穀物酢	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	
三温糖	0.10	0.10	
マヨネーズ (卵抜き・調理用)	6.00	6.00	大豆

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年5月26日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 中華風かきたまコーンスープ ポテトコロケ 厚揚げのピリ辛炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏卵・全卵(生)	21.18	18.00	卵
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
クリームコーン(冷凍)	35.00	35.00	
ホールコーン(冷凍)	15.00	15.00	
中華スープのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	1.00	1.00	
ごま油	0.30	0.30	ごま
でん粉(じゃがいも)	1.00	1.00	
水	135.00	135.00	
ポテトコロケ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.22	0.20	
たまねぎ(生)	12.77	12.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
にら(生)	3.16	3.00	
絹厚あげ(冷凍)	30.00	30.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
清酒	2.00	2.00	
中濃ソース	0.50	0.50	
トウバンジャン	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	0.30	0.30	

<献立名> ミートソーススパゲティ 牛乳 ほうれん草とコーンのソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトめん (低)	1個	60.00	小麦
ソフトめん (中)	1個	70.00	小麦
ソフトめん (高)	1個	80.00	小麦
豚肉 (もも・ひき)	28.00	28.00	豚肉
にんじん (生)	28.87	28.00	
たまねぎ (生)	42.55	40.00	
たまねぎ (スライス・冷凍)	20.00	20.00	大豆
エリンギ (冷凍)	5.00	5.00	
にんにく (生)	0.33	0.30	
オリーブ油	0.50	0.50	
トマトケチャップ	24.00	24.00	
中濃ソース	3.90	3.90	
ハヤシルウ	6.00	6.00	小麦、大豆、豚肉
デミグラスソース	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
鶏レバーペースト	1.00	1.00	鶏肉
コンソメのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	1.20	1.20	
こしょう (白)	0.03	0.03	
食塩	0.10	0.10	
水	50.00	50.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ほうれんそう (冷凍)	25.00	25.00	
ホールコーン (冷凍)	25.00	25.00	
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	

<献立名> たけのこごはん 牛乳 とん汁 あじのさんが焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
たけのこ (レトルト)	15.00	15.00	
鶏むねこま (皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
油揚げ (カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
にんじん (生)	10.31	10.00	
しらたき	8.00	8.00	
えだまめ (冷凍)	5.00	5.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.60	1.60	
こいくちしょうゆ	3.20	3.20	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
清酒	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉 (もも・こま)	13.00	13.00	豚肉
じゃがいも (生)	20.00	18.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
だいこん (生)	16.67	15.00	
ながねぎ (生)	8.33	5.00	
豆腐 (木綿)	20.00	20.00	大豆
みそ (赤)	8.00	8.00	大豆
みそ (白)	3.00	3.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	
さんが焼き (あじ入り・冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油	0.10	0.10	

<献立名> 中華丼 牛乳 しゅうまい もやしのナムル

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
キャベツ(生)	70.59	60.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
干しいたけ(スライス)	1.00	1.00	
かまぼこ(冷凍)	10.00	10.00	
チンゲンサイ(冷凍)	10.00	10.00	
にんにく(生)	0.33	0.30	
うずら卵(レトルト)	15.00	15.00	卵
なたね油	1.00	1.00	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	2.70	2.70	
食塩	0.50	0.50	
清酒	1.00	1.00	
水	35.00	35.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、大豆、豚肉
もやし(生)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
こまつな(生)	9.41	8.00	
こいくちしょうゆ	3.20	3.20	小麦、大豆
三温糖	1.60	1.60	
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま