

令和4年

川口市学校給食献立日誌

6月

センター調理中学校
(元郷学校給食センターA献立)



川口市マスコット「きゅぼらん」

献立実施校
北・上青木・芝東・岸川・小谷場

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、記載しておりません。
- 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ございます。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」

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月1日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 まゆ玉汁 ゼリーフライ 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
まゆ玉だんご(冷凍)	35.00	35.00	
だいこん(生)	33.33	30.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
ゼリーフライ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
ブロッコリー(冷凍)	40.00	40.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	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	

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月2日 木曜日

<献立名> もやしそば 牛乳 しゃくし菜ぎょうざ ごぼうサラダ

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	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・ひき)	22.00	22.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
もやし(生)	35.00	35.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
にら(生)	3.16	3.00	
なると(オキアミ・冷凍)	5.00	5.00	
にんにく(生)	0.43	0.40	
しょうが(生)	1.25	1.00	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
なたね油	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
しゃくし菜ぎょうざ(冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
ごぼう(ささがき)	16.00	16.00	
にんじん(生)	16.49	16.00	
きゅうり(生)	8.16	8.00	
プレスハム(短冊)	8.00	8.00	豚肉
三温糖	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
穀物酢	1.50	1.50	
すりごま(白)	0.70	0.70	ごま
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	5.00	5.00	大豆

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月3日 金曜日

<献立名> 大豆そぼろごはん 牛乳 彩の国汁 さわらの利休焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
鶏ももひき(皮つき)	28.00	28.00	鶏肉
大豆(冷凍)	18.00	18.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
しょうが(生)	0.25	0.20	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
はくさい(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
こまつな(生)	17.65	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
水	140.00	140.00	
さわらの利休焼き(冷凍)	1個	40.00	大豆、ごま

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月6日月曜日

<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	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
キャベツ(生)	35.29	30.00	
ショルダーベーコン(短冊)	5.00	5.00	豚肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
パプリカ(黄)	3.33	3.00	
トマトピューレー	8.00	8.00	
トマト(カット)	15.00	15.00	
パンプキンペースト(冷凍)	12.00	12.00	
白いんげん(レトルト)	10.00	10.00	
マカロニ(シェル・乾)	5.00	5.00	小麦
にんにく(生)	0.33	0.30	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
オリーブ油	1.00	1.00	
三温糖	0.20	0.20	
食塩	1.00	1.00	
こしょう(白)	0.01	0.01	
水	125.00	125.00	
メンチカツ(冷凍)	1個	50.00	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	20.58	オレンジ

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月7日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 根菜みそ汁 和風きのこハンバーグ するめ入りきんぴら

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
だいこん(生)	22.22	20.00	
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
れんこん(いちょう)	7.00	7.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
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	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
えのきたけ(バラカット)	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
三温糖	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	3.00	3.00	
するめ(ほそ切り)	1.50	1.50	いか
ごぼう(せん切り)	10.00	10.00	
にんじん(せん切り)	12.00	12.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
清酒	0.50	0.50	
水	7.00	7.00	

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月8日水曜日

<献立名> カレーライス 牛乳 じゃことチーズのサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
麦ごはん	100.00	100.00	
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
じゃがいも(生)	55.56	50.00	
しょうが(生)	1.25	1.00	
にんにく(生)	0.54	0.50	
カレーフレーク	16.00	16.00	小麦
たまねぎ(スライス・冷凍)	10.00	10.00	大豆
トマトケチャップ	3.00	3.00	
中濃ソース	3.00	3.00	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
カレー粉	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
こしょう(白)	0.01	0.01	
鶏レバーペースト	1.00	1.00	鶏肉
ガラムマサラ(粉末)	0.01	0.01	
なたね油	0.50	0.50	
水	130.00	130.00	
牛乳	1個	206.00	乳
キャベツ(生)	35.29	30.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
きゅうり(生)	10.20	10.00	
ちりめんじゃこ(冷凍)	3.00	3.00	
プロセスチーズ(ダイス)	6.00	6.00	乳
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
食塩	0.20	0.20	
穀物酢	1.00	1.00	

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月9日 木曜日

<献立名> むさしのうどん 牛乳 みそポテト ブロccoli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	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・こま)	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	
さといも(いちょう)	12.00	12.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ぶなしめじ(バラカット)	7.00	7.00	
ながねぎ(生)	16.67	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
じゃがいも(乱切り)	65.00	65.00	
小麦粉	2.70	2.70	小麦
なたね油(揚油)	7.00	7.00	
こいくちしょうゆ	0.90	0.90	小麦、大豆
みそ(白)	3.30	3.30	大豆
三温糖	2.80	2.80	
清酒	0.70	0.70	
みりん(本みりん)	0.70	0.70	
水	2.00	2.00	
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

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月10日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 わかめスープ 豚肉のねぎみそ焼き ポテトサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
なると(オキアミ・冷凍)	10.00	10.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
ながねぎ(生)	4.00	2.40	
三温糖	1.30	1.30	
こいくちしょうゆ	1.90	1.90	小麦、大豆
みそ(赤)	3.80	3.80	大豆
清酒	1.30	1.30	
みりん(本みりん)	1.30	1.30	
なたね油	0.10	0.10	
じゃがいも(生)	36.67	33.00	
にんじん(生)	6.91	6.70	
きゅうり(生)	4.29	4.20	
プレスハム(短冊)	6.70	6.70	豚肉
食塩	0.08	0.08	
こしょう(白)	0.02	0.02	
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	5.00	5.00	大豆

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月13日月曜日

<献立名> 子供パン 牛乳 むさしのシチュー オムレツミートソースかけ 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
子供パン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
ブロッコリー(冷凍)	15.00	15.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
コンソメのもと	1.10	1.10	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
こしょう(白)	0.05	0.05	
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	60.00	60.00	乳
水	90.00	90.00	
プレーンオムレツ(冷凍)	1個	50.00	卵、大豆
なたね油	0.10	0.10	
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ(生)	5.32	5.00	
エリンギ(冷凍)	3.00	3.00	
トマトケチャップ	3.50	3.50	
ウスターソース	1.00	1.00	
コンソメのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	0.20	0.20	
食塩	0.17	0.17	
でん粉(じゃがいも)	0.20	0.20	
ほうれん草(冷凍)	35.00	35.00	
ホールコーン(冷凍)	15.00	15.00	
なたね油	0.40	0.40	
食塩	0.36	0.36	
こしょう(白)	0.02	0.02	

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい もやしの炒め物

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(冷凍)	120.00	120.00	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)	0.33	0.30	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
トウバンジャン	0.10	0.10	
清酒	3.00	3.00	
四川黒ソース(冷凍)	1.20	1.20	小麦、大豆、鶏肉、ごま
みそ(赤)	6.00	6.00	大豆
テンメンジャン	4.00	4.00	小麦、大豆、ごま
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	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)	1.50	1.50	
ごま油	0.30	0.30	ごま
三温糖	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
水	25.00	25.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、大豆、豚肉
もやし(生)	35.00	35.00	
プレスハム(短冊)	8.00	8.00	豚肉
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
中華スープのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.01	0.01	
ごま油	0.50	0.50	ごま

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが ワニフライ 春キャベツのレモン風味

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
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)	94.44	85.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	25.77	25.00	
しらたき	30.00	30.00	
三温糖	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
水	40.00	40.00	
モウカザメフライ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
キャベツ(生)	41.18	35.00	
プレスハム(短冊)	8.00	8.00	豚肉
にんじん(生)	5.15	5.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
オリーブ油	3.00	3.00	
レモン汁	1.30	1.30	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
食塩	0.40	0.40	
こしょう(白)	0.03	0.03	
三温糖	0.40	0.40	

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月16日 木曜日

<献立名> みそラーメン 牛乳 かぼちゃのそぼろあん 冷凍みかん

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	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
キャベツ(生)	35.29	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	25.00	25.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
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)	10.00	10.00	大豆
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
西洋かぼちゃ(角切り)	60.00	60.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
鶏むねひき肉(皮つき)	6.00	6.00	鶏肉
たまねぎ(生)	5.32	5.00	
しょうが(生)	0.50	0.40	
なたね油	1.00	1.00	
だしのもと	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	0.60	0.60	
清酒	0.70	0.70	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	3.00	3.00	
冷凍みかん	1個	70.00	

<献立名> ごはん 牛乳 すまし汁 さばのみそ煮 いんげんのごま和え

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
たこボール(冷凍)	20.00	20.00	小麦
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
だいこん(生)	22.22	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
水	160.00	160.00	
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	
いんげん(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
糸こんにゃく	10.00	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	3.50	3.50	小麦、大豆
三温糖	1.80	1.80	

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月22日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 かきたま汁 鶏肉のごま照り焼き 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏卵. 全卵(生)	29.41	25.00	卵
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
ながねぎ(生)	25.00	15.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
だしのもと	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	1.50	1.50	
水	160.00	160.00	
鶏もも(皮つき)	1個	60.00	鶏肉
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.00	1.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
なたね油	0.10	0.10	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
板こんにゃく	20.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.30	0.30	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
水	2.00	2.00	

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月23日 木曜日

<献立名> クリームスパゲティ 牛乳 コーンフライ イタリアンサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトめん	1個	100.00	小麦
シヨルダーベーコン(短冊)	12.00	12.00	豚肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
エリンギ(冷凍)	8.00	8.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
なたね油	0.50	0.50	
コンソメのもと	1.50	1.50	大豆、鶏肉、豚肉
牛乳(調理用)	60.00	60.00	乳
ホワイトルウ	6.50	6.50	乳、小麦、大豆、豚肉
生クリーム	10.00	10.00	乳
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
こしょう(白)	0.02	0.02	
食塩	1.00	1.00	
水	95.00	95.00	
牛乳	1個	206.00	乳
コーンフライ(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
キャベツ(生)	35.29	30.00	
きゅうり(生)	15.31	15.00	
パプリカ(赤)	3.33	3.00	
パプリカ(黄)	3.33	3.00	
イタリアンドレッシング(調理用)	6.00	6.00	大豆

<献立名> かてめし 牛乳 豚汁 いわしのみぞれ煮

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
だいこん(生)	27.78	25.00	
ごぼう(ささがき)	8.00	8.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
えだまめ(冷凍)	3.00	3.00	大豆
ごま油	0.30	0.30	ごま
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
だしのもと	0.50	0.50	
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
水	130.00	130.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば

<献立名> コッペパン 牛乳 グリーンポタージュ フランクフルトソーセージ チリコンカン

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
コッペパン(乳・卵抜き)	1個	70.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
うらごしグリーンピース(冷凍)	30.00	30.00	
シュルダーベーコン(短冊)	8.00	8.00	豚肉
グリーンピース(冷凍)	8.00	8.00	
ホワイトルウ	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	70.00	70.00	乳
食塩	0.40	0.40	
こしょう(白)	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	1.00	1.00	
水	90.00	90.00	
フランクフルトソーセージ	1個	40.00	豚肉
なたね油	0.10	0.10	
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
大豆(冷凍)	7.00	7.00	大豆
ひよこ豆	7.00	7.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんにく(生)	0.33	0.30	
しょうが(生)	0.38	0.30	
トマトケチャップ	8.00	8.00	
トマトピューレー	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	0.60	0.60	小麦、大豆
中濃ソース	3.00	3.00	
三温糖	0.20	0.20	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.03	0.03	
チリパウダー	0.06	0.06	
なたね油	1.00	1.00	

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月28日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 冬瓜のみそ汁 あじフライ 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
とうがん(角切り)	30.00	30.00	
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(赤)	4.00	4.00	大豆
みそ(白)	8.00	8.00	大豆
水	140.00	140.00	
あじフライ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
切り干し大根	4.00	4.00	
豚肉(もも・ひき)	12.00	12.00	豚肉
にんじん(生)	7.22	7.00	
えだまめ(冷凍)	4.00	4.00	大豆
なたね油	0.40	0.40	
こいくちしょうゆ	1.80	1.80	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	
だしのもと	0.20	0.20	
水	8.00	8.00	

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 豚肉のしょうが焼き こまつなサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	8.00	8.00	小麦、大豆
食塩	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
しょうが(生)	1.25	1.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
なたね油	0.10	0.10	
こまつな(生)	41.18	35.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ライトツナ(水煮・レトルト)	8.00	8.00	
食塩	0.10	0.10	
穀物酢	1.00	1.00	
ごま油	0.70	0.70	ごま
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	

センター調理中学校
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和4年6月30日 木曜日

<献立名> カレーうどん 牛乳 狭山茶風味のししゃもフライ ミニトマト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・こま)	27.00	27.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
だしのもと	1.00	1.00	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	13.00	13.00	小麦、大豆
カレー粉	0.30	0.30	
カレーフレーク	8.00	8.00	小麦
でん粉(じゃがいも)	1.50	1.50	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ししゃも狭山茶フライ(冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
ミニトマト(生)	2個	21.56	