

令和4年

# 川口市学校給食献立日誌

## 6月

センター調理小学校  
(元郷学校給食センターB献立)



川口市マスコット「きゅぼらん」

献立実施校  
芝・青木北・芝南・芝樋ノ爪・芝中央・戸塚東

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」



<献立名> 黒パン 牛乳 ラビオリスープ ポークストロガノフ フライドポテト

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
ポークラビオリ (冷凍)	12.00	12.00	小麦、豚肉
鶏むねこま (皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
ホールコーン (冷凍)	8.00	8.00	
ほうれんそう (冷凍)	10.00	10.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
こしょう (白)	0.01	0.01	
でん粉 (じゃがいも)	1.00	1.00	
食塩	0.50	0.50	
水	150.00	150.00	
豚肉 (もも・こま)	32.00	32.00	豚肉
にんにく (生)	0.43	0.40	
たまねぎ (生)	25.53	24.00	
ぶなしめじ (バラカット)	4.00	4.00	
なたね油	0.40	0.40	
トマトピューレー	4.80	4.80	
コンソメのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉
生クリーム	2.40	2.40	乳
ぶどう酒 (赤)	1.60	1.60	
食塩	0.16	0.16	
こしょう (白)	0.01	0.01	
小麦粉	1.60	1.60	小麦
水	3.00	3.00	
フレンチポテト (冷凍)	48.00	48.00	
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
食塩	0.24	0.24	

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6月2日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 すまし汁 鶏肉の照り焼き 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	(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
にんじん(生)	13.40	13.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
えのきたけ(バラカット)	12.00	12.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	1.00	1.00	
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
鶏もも(皮つき)	1個	50.00	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	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
板こんにゃく	24.00	24.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
いんげん(冷凍)	3.30	3.30	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.36	0.36	
三温糖	2.20	2.20	
清酒	1.20	1.20	
みりん(本みりん)	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	3.80	3.80	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6月3日 金曜日

<献立名> とりねぎうどん 牛乳 狭山茶風味のししゃもフライ 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
鶏むねこま (皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
ながねぎ (生)	41.67	25.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
こまつな (生)	11.76	10.00	
かまぼこ (冷凍)	8.00	8.00	
こいくちしょうゆ	12.00	12.00	小麦、大豆
だしのもと	1.00	1.00	
みりん (本みりん)	3.00	3.00	
食塩	0.10	0.10	
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	
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 鰹物汁 豚肉のゆず香和え 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	(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
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
板こんにゃく	8.00	8.00	
なたね油	0.50	0.50	
ごま油	0.50	0.50	ごま
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(赤)	13.00	13.00	大豆
水	140.00	140.00	
豚肉(もも・角切)	45.00	45.00	豚肉
でん粉(じゃがいも)	4.00	4.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
三温糖	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
清酒	1.40	1.40	
ゆず果汁(冷凍)	1.70	1.70	
するめ(ほそ切り)	1.40	1.40	いか
ごぼう(せん切り)	10.00	10.00	
にんじん(せん切り)	8.00	8.00	
さつまあげ(冷凍)	5.00	5.00	
たけのこ(水煮・せん切り)	4.00	4.00	
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	

センター調理小学校  
(元郷センターB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 呉汁 さけの塩焼き 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
豚肉(もも・こま)	5.00	5.00	豚肉
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
じゃがいも(生)	16.67	15.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
大豆(冷凍)	18.00	18.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
なたね油	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
さけの塩焼き(冷凍)	1個	40.00	さけ
なたね油	0.10	0.10	
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)	3.00	3.00	
糸こんにゃく	10.00	10.00	
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	



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6月8日水曜日

<献立名> ツイストパン 牛乳 むさしのシチュー コーンフライ きゅうりと枝豆のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ツイストパン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
ツイストパン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
ツイストパン (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも (生)	38.89	35.00	
鶏むねこま (皮なし)	8.00	8.00	鶏肉
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	20.62	20.00	
ブロッコリー (冷凍)	15.00	15.00	
なたね油	0.10	0.10	
ホワイトルウ	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	50.00	50.00	乳
コンソメのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.03	0.03	
水	60.00	60.00	
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	
きゅうり (生)	12.24	12.00	
えだまめ (冷凍)	5.00	5.00	大豆
キャベツ (生)	17.65	15.00	
にんじん (生)	8.25	8.00	
イタリアンドレッシング (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6月9日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 みそ汁 さわらの西京焼き 筑前煮

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)	23.00	23.00	大豆
だいこん(生)	27.78	25.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	6.00	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	
さわら西京焼き(冷凍)	1個	40.00	大豆
なたね油	0.10	0.10	
鶏むねこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
板こんにゃく	5.00	5.00	
焼きちくわ(冷凍)	3.00	3.00	小麦、大豆
いんげん(冷凍)	3.00	3.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
だしのもと	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	

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6月10日 金曜日

<献立名> 長崎ちゃんぽん 牛乳 しゃくし菜ぎょうざ にんじんしりしり

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・こま)	12.00	12.00	豚肉
キャベツ (生)	23.53	20.00	
もやし (生)	15.00	15.00	
ながねぎ (生)	8.33	5.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
しょうが (生)	0.63	0.50	
にんにく (生)	0.54	0.50	
かまぼこ (冷凍)	7.00	7.00	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
豚骨ラーメンスープ (レトルト)	9.50	9.50	小麦、大豆、豚肉、ごま
食塩	0.10	0.10	
でん粉 (じゃがいも)	1.00	1.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	140.00	140.00	
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	
ライトツナ (水煮・レトルト)	6.00	6.00	
にんじん (生)	30.93	30.00	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
三温糖	0.80	0.80	
みりん (本みりん)	1.00	1.00	
清酒	0.80	0.80	
食塩	0.10	0.10	

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6月13日月曜日

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが ワニフライ レモンドレッシングサラダ

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	
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	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
しらたき	20.00	20.00	
三温糖	4.50	4.50	
こいくちしょうゆ	12.00	12.00	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
水	50.00	50.00	
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)	35.29	30.00	
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	2.80	2.80	
レモン汁	1.17	1.17	
食塩	0.45	0.45	
こしょう(白)	0.02	0.02	
三温糖	0.45	0.45	

<献立名> ごはん 牛乳 わんたんスープ スタミナ焼肉 ミニトマト

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
生わんたん(冷凍)	18.00	18.00	小麦、大豆、豚肉
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	0.15	0.15	
こしょう(白)	0.02	0.02	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
水	150.00	150.00	
豚肉(もも・こま)	50.00	50.00	豚肉
にんにく(生)	0.16	0.15	
しょうが(生)	0.48	0.38	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
ながねぎ(生)	12.50	7.50	
にら(生)	2.37	2.25	
なたね油	0.50	0.50	
みそ(白)	1.50	1.50	大豆
みそ(赤)	2.25	2.25	大豆
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	0.75	0.75	小麦、大豆
清酒	1.50	1.50	
とうがらし	0.02	0.02	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

<献立名> 子供パン 牛乳 マカロニスープ 豚肉のトマトソースがけ 野菜のソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
子供パン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
子供パン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
子供パン (1コ取り) (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
マカロニ (シェル・乾)	7.00	7.00	小麦
鶏むねこま (皮なし)	20.00	20.00	鶏肉
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
ほうれんそう (冷凍)	10.00	10.00	
ホールコーン (冷凍)	15.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
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
食塩	0.60	0.60	
こしょう (白)	0.03	0.03	
水	140.00	140.00	
豚肉 (ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	
にんにく (生)	0.22	0.20	
たまねぎ (生)	10.64	10.00	
ぶなしめじ (バラカット)	5.00	5.00	
デミグラスソース	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	4.00	4.00	
三温糖	0.10	0.10	
なたね油	0.30	0.30	
キャベツ (生)	29.41	25.00	
にんじん (生)	5.15	5.00	
青ピーマン (生)	3.53	3.00	
もやし (生)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
こしょう (白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ	0.80	0.80	小麦、大豆

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 いわしのみぞれ煮 いんげんのツナごま和え

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	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(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
干しいたけ(スライス)	0.80	0.80	
せんべい(砕き)	5.00	5.00	小麦
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	6.00	6.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.40	0.40	
水	150.00	150.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
いんげん(冷凍)	25.00	25.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ライトツナ(水煮・レトルト)	5.00	5.00	
すりごま(白)	1.00	1.00	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	

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6月17日 金曜日

<献立名> クリームスパゲティ 牛乳 コーンソテー レモンゼリー

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
鶏むねこま (皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ (生)	29.79	28.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
エリンギ (冷凍)	7.00	7.00	
ぶなしめじ (バラカット)	7.00	7.00	
パセリ (葉・生)	0.33	0.30	
にんにく (生)	0.20	0.18	
有塩バター	2.30	2.30	乳
コンソメのもと	1.80	1.80	大豆、鶏肉、豚肉
牛乳 (調理用)	56.00	56.00	乳
ホワイトルウ	5.60	5.60	乳、小麦、大豆、豚肉
生クリーム	9.30	9.30	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	0.90	0.90	
水	88.00	88.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ホールコーン (冷凍)	20.00	20.00	
キャベツ (生)	17.65	15.00	
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	
レモンゼリー (冷凍)	1個	30.00	



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6月20日月曜日

<献立名> ごはん 牛乳 中華風かきたまコーンスープ しゅうまい もやしとチンゲンサイの炒め物

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
鶏卵. 全卵 (生)	21.18	18.00	卵
鶏むねこま (皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
たまねぎ (生)	19.15	18.00	
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	130.00	130.00	
ポークしゅうまい (冷凍)	2個	36.00	小麦、大豆、豚肉
もやし (生)	20.00	20.00	
チンゲンサイ (生)	23.53	20.00	
ショルダーベーコン (短冊)	8.00	8.00	豚肉
食塩	0.30	0.30	
こしょう (白)	0.01	0.01	
だしのもと	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	0.10	0.10	小麦、大豆
なたね油	0.50	0.50	

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6月21日 火曜日

<献立名> カレーライス 牛乳 ツナサラダ 手作りブルーベリーケーキ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
麦ごはん	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	10.00	10.00	大豆
にんじん(生)	20.62	20.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
しょうが(生)	1.00	0.80	
にんにく(生)	0.54	0.50	
鶏レバーペースト	0.50	0.50	鶏肉
カレーフレーク	14.00	14.00	小麦
トマトケチャップ	3.00	3.00	
中濃ソース	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	0.30	0.30	小麦、大豆
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	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)	5.15	5.00	
ライトツナ(水煮・レトルト)	8.00	8.00	
たまねぎドレッシング(調理用)	6.00	6.00	小麦、大豆、りんご
プレミックス粉(ホットケーキ用)	13.00	13.00	乳、小麦、大豆、豚肉
ブルーベリー(冷凍)	3.00	3.00	
牛乳(調理用)	3.20	3.20	乳
ヨーグルト	3.20	3.20	乳
鶏卵.全卵(生)	8.24	7.00	卵
三温糖	2.50	2.50	
はちみつ	1.30	1.30	
なたね油	5.00	5.00	

<献立名> ごはん 牛乳 彩の国汁 豚肉のねぎみそ焼き ひじきの五目煮

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
鶏むねこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
はくさい(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
こまつな(生)	17.65	15.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
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	
豚肉(ロース・切り身)	1個	40.00	豚肉
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
三温糖	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
ひじき	2.00	2.00	
油揚げ(カット・冷凍)	3.00	3.00	大豆
大豆(冷凍)	5.00	5.00	大豆
にんじん(生)	8.25	8.00	
糸こんにゃく	8.00	8.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
三温糖	2.20	2.20	
だしのもと	0.20	0.20	
水	5.00	5.00	

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6月23日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 いも団子汁 厚焼きたまご 豚肉とにらのみそ炒め

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
じゃがいも団子(冷凍)	30.00	30.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	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	
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	
食塩	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
厚焼きたまご(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
もやし(生)	10.00	10.00	
にら(生)	10.53	10.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
しょうが(生)	0.33	0.26	
なたね油	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ	1.40	1.40	小麦、大豆
清酒	0.65	0.65	
みそ(赤)	1.60	1.60	大豆
三温糖	0.06	0.06	

<献立名> むさしのうどん 牛乳 みそポテト 小松菜のごま和え

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
豚肉 (もも・こま)	8.00	8.00	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)	8.00	8.00	
ほうれんそう (冷凍)	10.00	10.00	
干しいたけ (スライス)	0.50	0.50	
えのきたけ (バラカット)	5.00	5.00	
ぶなしめじ (バラカット)	5.00	5.00	
ながねぎ (生)	5.00	3.00	
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)	45.00	45.00	
小麦粉	2.20	2.20	小麦
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
みそ (白)	3.90	3.90	大豆
三温糖	3.00	3.00	
清酒	0.56	0.56	
みりん (本みりん)	0.56	0.56	
水	2.00	2.00	
小松菜 (冷凍)	25.00	25.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
すりごま (白)	0.50	0.50	ごま
ごま・いり (白)	1.00	1.00	ごま
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
三温糖	1.20	1.20	
水	2.00	2.00	

<献立名> ごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 鶏のから揚げ エリンギの炒め物

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
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
凍り豆腐(サイコロ)	1.00	1.00	大豆
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
鶏もも(皮つき)	2個	50.00	鶏肉
しょうが(生)	0.50	0.40	
にんにく(生)	0.22	0.20	
三温糖	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油	5.00	5.00	
エリンギ(しなちくカット)	15.00	15.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
パプリカ(黄)	5.56	5.00	
シュルダーベーコン(短冊)	5.00	5.00	豚肉
こいくちしょうゆ	0.40	0.40	小麦、大豆
オイスターソース	0.80	0.80	
食塩	0.10	0.10	
なたね油	0.30	0.30	

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6月28日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 かみなり汁 さばのカレーしょうゆ焼き 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
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
だいこん(生)	22.22	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
干ししいたけ(スライス)	0.50	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦、大豆
食塩	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
さばのカレー醤油焼き(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、さば
なたね油	0.10	0.10	
はくさい(生)	26.60	25.00	
小松菜(冷凍)	10.00	10.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
かつお節(碎片)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	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6月29日水曜日

<献立名> コッペパン 牛乳 コーンポタージュ ポテトコロッケ いんげんのソテー

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) (低)	1個	30.00	小麦、大豆
コッペパン (乳・卵抜き) (中)	1個	40.00	小麦、大豆
コッペパン (乳・卵抜き) (高)	1個	50.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ホールコーン (冷凍)	25.00	25.00	
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
クリームコーン (冷凍)	25.00	25.00	
ホワイトルウ	6.00	6.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	70.00	70.00	乳
パセリ (葉・生)	0.33	0.30	
食塩	0.50	0.50	
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	0.50	0.50	
水	70.00	70.00	
ポテトコロッケ (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	
いんげん (冷凍)	30.00	30.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
ショルダーベーコン (短冊)	5.00	5.00	豚肉
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.15	0.15	
こしょう (白)	0.01	0.01	



<献立名> ごはん 牛乳 まゆ玉汁 豆腐ハンバーグ 青菜のソテー

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
まゆ玉だんご(冷凍)	30.00	30.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
豆腐バーグ(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)	7.00	7.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
三温糖	0.70	0.70	
みりん(本みりん)	0.84	0.84	
こいくちしょうゆ	1.80	1.80	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.18	0.18	
水	2.80	2.80	
小松菜(冷凍)	35.00	35.00	
にんじん(生)	4.12	4.00	
シュルダーベーコン(短冊)	4.00	4.00	豚肉
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.15	0.15	
こしょう(白)	0.01	0.01	