

令和4年

川口市学校給食献立日誌

9月

自校調理中学校



川口市マスコット「きゅぼらん」

献立実施校
鳩ヶ谷・八幡木・里

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 μg /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「きゅぽらん」

<献立名> チキンライス 牛乳 コーンポタージュ ハンバーグオニオンソース 野菜のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
チキンライスの素	30.00	30.00	大豆、鶏肉
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
ホールコーン(冷凍)	30.00	30.00	
クリームコーン(冷凍)	30.00	30.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
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
ホワイトルウ	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	75.00	75.00	乳
パセリ(乾)	0.02	0.02	
水	75.00	75.00	
ハンバーグ(冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
水	100.00	100.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
なたね油	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
三温糖	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
パンバンジードレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま、りんご

<献立名> ツイストパン 牛乳 コーヒー飲料 野菜スープ ミートボールのトマトソース
がけ 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	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
コーヒー飲料	1個	12.50	
ショルダーベーコン（短冊）	6.00	6.00	豚肉
たまねぎ（生）	15.96	15.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
キャベツ（生）	35.29	30.00	
ホールコーン（冷凍）	10.00	10.00	
なたね油	0.60	0.60	
チキンブイヨン（冷凍）	1.00	1.00	鶏肉
食塩	0.60	0.60	
こしょう（白）	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	2.30	2.30	小麦、大豆
水	175.00	175.00	
肉団子（冷凍）	50.00	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油（揚油）	5.00	5.00	
たまねぎ（生）	8.51	8.00	
にんにく（生）	0.11	0.10	
オリーブ油	0.30	0.30	
トマト（カット）	8.00	8.00	
ぶどう酒（白）	2.40	2.40	
コンソメのもと	0.24	0.24	大豆、鶏肉、豚肉
ローリエ	0.01	0.01	
三温糖	0.20	0.20	
食塩	0.05	0.05	
こしょう（白）	0.01	0.01	
でん粉（じゃがいも）	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
えだまめ（冷凍）	10.00	10.00	大豆
にんじん（生）	10.31	10.00	
もやし（生）	20.00	20.00	
たまねぎドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	小麦、大豆、りんご

<献立名> 高野豆腐のそぼろごはん 牛乳 冬瓜汁 さばの辛味焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
凍り豆腐	4.00	4.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	15.00	15.00	豚肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
ながねぎ(生)	3.33	2.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.50	1.50	
清酒	0.50	0.50	
水	2.00	2.00	
牛乳	1個	206.00	乳
とうがん(角切り)	27.00	27.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
こまつな(生)	15.29	13.00	
しょうが(生)	0.44	0.35	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
食塩	0.90	0.90	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	1.00	1.00	
水	180.00	180.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば

<献立名> ごはん 牛乳 さつまいも さつま汁 かぼちゃコロッケ わかめのサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
豆腐(木綿)	15.00	15.00	大豆
さつまいも(角切り)	20.00	20.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
板こんにゃく	10.00	10.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.20	2.20	大豆
煮干し	5.00	5.00	
水	155.00	155.00	
かぼちゃコロッケ(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	5.00	5.00	
カットわかめ	0.80	0.80	
にんじん(生)	8.25	8.00	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
和風ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> 五目とろみそば 牛乳 春巻 だいこんの中華サラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
蒸し中華めん	180.00	180.00	小麦
ごま油	2.50	2.50	ごま
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.22	0.20	
うずら卵(レトルト)	20.00	20.00	卵
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.80	0.80	
こしょう(白)	0.02	0.02	
中華スープのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	9.00	9.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	3.50	3.50	
水	175.00	175.00	
牛乳	1個	206.00	乳
春巻(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
にんじん(生)	6.19	6.00	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
中華ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま、りんご

<献立名> 秋の香りごはん 牛乳 すまし汁 いわしのみぞれ煮 月見ゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
鶏ももこま(皮つき)	13.00	13.00	鶏肉
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ぶなしめじ(バラカット)	6.00	6.00	
にんじん(生)	6.19	6.00	
ごぼう(生)	3.33	3.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.30	0.30	
清酒	1.00	1.00	
三温糖	2.50	2.50	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	3.00	3.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
えのきたけ(バラカット)	6.00	6.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
カットわかめ	0.60	0.60	
ほうれんそう(生)	12.22	11.00	
食塩	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	2.30	2.30	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	185.00	185.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば
月見ゼリー(冷凍)	1個	45.00	大豆

<献立名> 黒パン いちごジャム 牛乳 ラビオリスープ ポテトコロッケ 花野菜のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
黒パン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
いちごジャム	1個	15.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ポークラビオリ（冷凍）	18.00	18.00	小麦、豚肉
にんじん（生）	12.37	12.00	
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
ホールコーン（冷凍）	9.00	9.00	
ほうれんそう（生）	11.11	10.00	
食塩	0.30	0.30	
こしょう（白）	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	
でん粉（じゃがいも）	1.20	1.20	
水	175.00	175.00	
ポテトコロッケ（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	5.00	5.00	
ブロッコリー（冷凍）	20.00	20.00	大豆
カリフラワー（冷凍）	10.00	10.00	
コーンクリーミードレッシング（ボトル）	6.00	6.00	

<献立名> ごはん 牛乳 きのこのそばろ汁 山賊焼 野沢菜ふりかけ りんごゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
しょうが(生)	0.63	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
だいこん(生)	13.33	12.00	
にんじん(生)	9.28	9.00	
板こんにゃく	5.00	5.00	
ぶなしめじ(バラカット)	6.00	6.00	
えのきたけ(バラカット)	6.00	6.00	
まいたけ(バラカット)	6.00	6.00	
こまつな(生)	14.12	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	0.90	0.90	
食塩	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	0.60	0.60	
水	165.00	165.00	
鶏もも(皮なし)	2個	50.00	鶏肉
にんにく(生)	0.54	0.50	
しょうが(生)	0.50	0.40	
みりん(本みりん)	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(揚油)	5.00	5.00	
のざわな(塩漬・冷凍)	18.95	18.00	小麦、大豆
ちりめんじゃこ(冷凍)	3.50	3.50	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
ごま油	0.50	0.50	ごま
ごま・いり(白)	2.00	2.00	ごま
りんごゼリー(冷凍)	1個	30.00	りんご

<献立名> ビビンパ 牛乳 トック入りスープ しゅうまい

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
豚肉(もも・せん切り)	40.00	40.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
なたね油	1.00	1.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
清酒	0.40	0.40	
三温糖	1.00	1.00	
穀物酢	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.70	0.70	ごま
みそ(赤)	1.20	1.20	大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
えのきたけ(バラカット)	6.00	6.00	
トック	25.00	25.00	
カットわかめ	0.90	0.90	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.01	0.01	
中華スープのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	170.00	170.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、大豆、豚肉

<献立名> ごぼうにやミートソーススパゲティ 牛乳 コーンフライ オレンジ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ゆでスパゲティ	180.00	180.00	小麦
オリーブ油	5.00	5.00	
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ごぼう(生)	8.89	8.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
エリンギ(しなちくカット)	8.00	8.00	
パセリ(乾)	0.02	0.02	
トマトピューレ	30.00	30.00	
トマトケチャップ	13.00	13.00	
コンソメのもと	2.10	2.10	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	0.50	0.50	
ぶどう酒(白)	1.20	1.20	
ウスターソース	1.50	1.50	
食塩	1.40	1.40	
こしょう(白)	0.03	0.03	
でん粉(じゃがいも)	3.50	3.50	
なたね油	0.50	0.50	
水	130.00	130.00	
牛乳	1個	206.00	乳
コーンフライ(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
オレンジ(生)	1/6個	19.30	オレンジ

給食日誌

令和4年9月16日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 ごまみそ汁 あんかけ豆腐ハンバーグ 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
大豆(冷凍)	5.00	5.00	大豆
煮干し	5.00	5.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.20	2.20	大豆
すりごま(白)	5.00	5.00	ごま
水	155.00	155.00	
豆腐バーグ(冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
だしのもと	0.10	0.10	
三温糖	3.00	3.00	
みりん(本みりん)	0.70	0.70	
穀物酢	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	
れんこん(いちょう)	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	

給食日誌

令和4年9月20日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 あじの香味ソース 海藻サラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
せんべい(砕き)	10.00	10.00	小麦
鶏むねこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
油揚げ	6.00	6.00	大豆
にんじん(生)	9.28	9.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
はくさい(生)	18.09	17.00	
だいこん(生)	15.56	14.00	
ごぼう(生)	4.44	4.00	
食塩	0.50	0.50	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
みりん(本みりん)	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	5.50	5.50	小麦、大豆
水	170.00	170.00	
あじフィレ(でん粉付・冷凍)	1個	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
にんにく(生)	0.33	0.30	
しょうが(生)	0.38	0.30	
ながねぎ(生)	4.17	2.50	
なたね油	0.20	0.20	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
穀物酢	4.00	4.00	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	2.00	2.00	
海藻ミックス	0.50	0.50	
にんじん(生)	5.15	5.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
香味塩ドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま

<献立名> 豚ごぼうごはん 牛乳 つくね汁 さんまの紅葉煮

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
豚肉(もも・ひき)	18.00	18.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	11.11	10.00	
凍り豆腐	1.00	1.00	大豆
干しいたけ(スライス)	0.20	0.20	
えだまめ(冷凍)	2.00	2.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
だしのもと	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
とり肉つくね(冷凍)	24.00	24.00	小麦、大豆、鶏肉
にんじん(生)	9.28	9.00	
たまねぎ(生)	12.77	12.00	
だいこん(生)	25.56	23.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
食塩	1.00	1.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
さんまの紅葉煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆

<献立名> きつねうどん 牛乳 大学いも 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	210.00	210.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
油揚げ	13.00	13.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	11.67	7.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	15.00	15.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.30	0.30	
三温糖	2.00	2.00	
水	170.00	170.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも(乱切り)	50.00	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
三温糖	3.00	3.00	
水あめ	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
水	2.00	2.00	
ごま・いり(黒)	1.00	1.00	ごま
ミニトマト(生)	2個	21.56	

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 メンチカツ 小松菜のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	28.00	28.00	大豆
だいこん(生)	17.78	16.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
しょうが(生)	0.75	0.60	
さといも(いちょう)	10.00	10.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
板こんにゃく	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.50	0.50	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦、大豆
水	155.00	155.00	
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	5.00	5.00	
こまつな(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	10.00	10.00	
韓国ナムルドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま

給食日誌

令和4年9月28日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 呉汁 鶏の照り焼き さといものうま煮

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	6.00	6.00	豚肉
大豆(冷凍)	18.00	18.00	大豆
にんじん(生)	6.19	6.00	
だいこん(生)	18.89	17.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
なたね油	0.60	0.60	
煮干し	5.00	5.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.20	2.20	大豆
水	150.00	150.00	
鶏肉の照り焼き(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆、鶏肉
さといも(いちょう)	30.00	30.00	
いんげん(冷凍)	2.00	2.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
三温糖	1.00	1.00	
清酒	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
だしのもと	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	3.00	3.00	

<献立名> たんたんめん 牛乳 パオズ ぶどう

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
蒸し中華めん	180.00	180.00	小麦
ごま油	2.50	2.50	ごま
豚肉(もも・ひき)	15.00	15.00	豚肉
チンゲンサイ(生)	17.65	15.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
しょうが(生)	0.38	0.30	
ねりごま	11.00	11.00	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.00	1.00	
みそ(赤)	6.00	6.00	大豆
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
四川黒ソース(冷凍)	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
ラー油	0.20	0.20	大豆、ごま
中華スープのもと	1.50	1.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
トウバンジャン	0.30	0.30	
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.03	0.03	
水	165.00	165.00	
牛乳	1個	206.00	乳
肉パオズ(冷凍)	2個	60.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
ぶどう(生)	2個	25.50	

給食日誌

令和4年9月30日 金曜日

<献立名> カレーライス 牛乳 ブロッコリーと根菜のサラダ 乳酸菌飲料

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
米粒麦	10.00	10.00	
水	132.00	132.00	
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	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)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
カレールー	18.00	18.00	小麦、豚肉、りんご
豆乳	6.00	6.00	大豆
トマトケチャップ	6.50	6.50	
ウスターソース	2.50	2.50	
中濃ソース	1.00	1.00	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
カレー粉	0.40	0.40	
なたね油	0.50	0.50	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ブロッコリー(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ごまドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、ごま
乳酸菌飲料	1個	65.00	乳