

令和4年

# 川口市学校給食献立日誌

## 10月

センター調理中学校  
(元郷学校給食センターB献立)



川口市マスコット「きゅぽらん」

献立実施校  
青木・芝・幸並・芝西・在家

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」



センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

### 給食日誌

令和4年10月3日月曜日

<献立名> 子供パン 牛乳 ポトフ メンチカツ りんご

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
じゃがいも(生)	55.56	50.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
ブロッコリー(冷凍)	25.00	25.00	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	20.00	20.00	豚肉
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.02	0.02	
ローリエ	0.05	0.05	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
水	85.00	85.00	
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	
りんご(生)	1/8個	28.65	りんご

<献立名> ごはん 牛乳 すいとん 鶏のから揚げ 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
すいとん(乳・卵抜き・冷凍)	30.00	30.00	小麦
豚肉(もも・こま)	12.00	12.00	豚肉
油揚げ(カット・冷凍)	3.00	3.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
こまつな(生)	9.41	8.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
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	0.70	0.70	
水	140.00	140.00	
鶏もも(皮なし)	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	
切り干し大根	6.00	6.00	
さつまあげ(冷凍)	5.00	5.00	
にんじん(生)	7.22	7.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
なたね油	0.40	0.40	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
三温糖	1.40	1.40	
だしのもと	0.20	0.20	
水	15.00	15.00	

センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和4年10月5日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 豚汁 和風きのこハンバーグ 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	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	
鶏むねひき肉(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
れんこん水煮(いちょう切り)	25.00	25.00	
にんじん(せん切り)	10.00	10.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
とうがらし	0.01	0.01	

センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

## 給食日誌

令和4年10月6日 木曜日

<献立名> 秋野菜うどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ こまつなのごま和え

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・こま)	18.00	18.00	豚肉
なす(生)	16.67	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	8.00	8.00	
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	14.00	14.00	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	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
焼きちくわ(4分の1カット)	2個	50.00	
小麦粉	6.00	6.00	小麦
あおさ(粉末)	0.08	0.08	
水	4.00	4.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
こまつな(生)	23.53	20.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
すりごま(白)	1.20	1.20	ごま
こいくちしょうゆ	2.40	2.40	小麦、大豆
三温糖	2.40	2.40	

センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

## 給食日誌

令和4年10月7日 金曜日

<献立名> ハヤシライス 牛乳 彩リソテー 米粉のブルーベリークレープ

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	
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	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.30	0.30	
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	16.00	16.00	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	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ほうれんそう(冷凍)	20.00	20.00	
ホールコーン(冷凍)	12.00	12.00	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	15.00	15.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ	0.10	0.10	小麦、大豆
コンソメのもと	0.10	0.10	大豆、鶏肉、豚肉
米粉クレープ(ブルーベリー・冷凍)	1個	35.00	大豆



<献立名> ごはん 牛乳 ざくざく汁 ソースかつ キャベツ炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(半月)	10.00	10.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
板こんにゃく	8.00	8.00	
干しいたけ(スライス)	0.20	0.20	
焼き豆腐	12.00	12.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.50	0.50	
だしのもと	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	7.00	7.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.20	1.20	
水	155.00	155.00	
とんかつ(冷凍)	2個	60.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
中濃ソース	9.20	9.20	
清酒	1.70	1.70	
三温糖	2.20	2.20	
こいくちしょうゆ	1.20	1.20	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	9.20	9.20	
キャベツ(生)	44.71	38.00	
もやし(生)	12.00	12.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	

<献立名> ごはん 牛乳 根菜みそ汁 白ごまつくね 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
ごぼう(半月)	6.00	6.00	
れんこん水煮(いちょう切り)	7.00	7.00	
ぶなしめじ(バラカット)	6.00	6.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
水	150.00	150.00	
白ごまつくね(冷凍)	3個	60.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま
三温糖	1.50	1.50	
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
でん粉(じゃがいも)	0.40	0.40	
水	10.00	10.00	
豚肉(もも・ひき)	6.00	6.00	豚肉
ひじき	2.00	2.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
糸こんにゃく	8.00	8.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
だしのもと	0.10	0.10	
三温糖	1.30	1.30	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
水	5.00	5.00	

センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

### 給食日誌

令和4年10月13日 木曜日

<献立名> みそラーメン 牛乳 ぎょうざ 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)	29.41	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
ながねぎ(生)	13.33	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)	3.00	3.00	大豆
とうがらし	0.03	0.03	
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	145.00	145.00	
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	
温州みかん(生)	1個	100.00	

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが 五目たまご焼き 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
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(生)	111.11	100.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
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	
いろいろたまご焼き(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆、豚肉、ゼラチン
いんげん(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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	4.00	4.00	小麦、大豆
三温糖	2.00	2.00	

センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

## 給食日誌

令和4年10月17日月曜日

<献立名> コッペパン 牛乳 わかめスープ フランクフルトソーセージ 焼きそば

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
鶏ももこま (皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
カットわかめ	1.00	1.00	
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
えのきたけ (バラカット)	8.00	8.00	
ホールコーン (冷凍)	12.00	12.00	
ながねぎ (生)	16.67	10.00	
ごま・いり (白)	1.00	1.00	ごま
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	2.50	2.50	小麦、大豆
水	170.00	170.00	
フランクフルトソーセージ (Fe)	1個	50.00	豚肉
なたね油	0.10	0.10	
焼きそば麺・乾	18.00	18.00	小麦、大豆
豚肉 (もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
もやし (生)	20.00	20.00	
キャベツ (生)	23.53	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
ウスターソース	3.50	3.50	
中濃ソース	2.00	2.00	
こしょう (白)	0.02	0.02	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
なたね油	1.50	1.50	

<献立名> ふき寄せごはん 牛乳 いも団子汁 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	100.00	100.00	
鶏むねこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
さつまいも(角切り)	10.00	10.00	
れんこん水煮(いちょう切り)	5.00	5.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.30	1.30	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
清酒	1.50	1.50	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも団子(冷凍)	28.00	28.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	17.78	16.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
こまつな(生)	14.12	12.00	
食塩	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
だしのもと	1.20	1.20	
水	170.00	170.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さけ、さば、ごま
なたね油	0.10	0.10	

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 ししゃもの南蛮風 わかめともやしのごま油炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
こまつな(生)	11.76	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
せんべい(砕き)	8.00	8.00	小麦
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	
ししゃも(でん粉付き・冷凍)	2個	40.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
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	4.00	4.00	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	
水	1.50	1.50	
カットわかめ	1.50	1.50	
もやし(生)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.20	1.20	
水	2.00	2.00	

センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

## 給食日誌

令和4年10月20日 木曜日

<献立名> カレーうどん 牛乳 コーンフライ だいこんサラダ

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)	25.00	25.00	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)	10.00	10.00	
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)	2.00	2.00	
水	150.00	150.00	
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	
だいこん(生)	16.67	15.00	
プレスハム(短冊)	3.00	3.00	豚肉
キャベツ(生)	17.65	15.00	
にんじん(生)	8.25	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



センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

## 給食日誌

令和4年10月21日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 なめこ汁 豚肉のしょうが焼き 野菜のうま煮

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
なめこ(冷凍)	15.00	15.00	
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
みそ(赤)	9.00	9.00	大豆
みそ(白)	4.00	4.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
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	
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
さといも(いちょう)	30.00	30.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
たまねぎ(生)	8.51	8.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	5.00	5.00	

センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

## 給食日誌

令和4年10月24日月曜日

<献立名> バターロール 牛乳 ミネストローネ オムレツ ポテトサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
バターロールクレセント	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	
プレーンオムレツ (冷凍)	1個	50.00	卵
トマトケチャップ (ボトル)	5.00	5.00	
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

<献立名> ごはん 牛乳 白菜と肉団子のスープ 中華風チキンソテー 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
肉団子(冷凍)	30.00	30.00	大豆、鶏肉、豚肉
はくさい(生)	26.60	25.00	
はるさめ	3.00	3.00	
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
こいくちしょうゆ	1.80	1.80	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
水	160.00	160.00	
鶏もも(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
たまねぎ(生)	3.19	3.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
しょうが(生)	0.63	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
ごま油	0.50	0.50	ごま
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	
トウバンジャン	0.20	0.20	
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> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい はるさめサラダ

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
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)	37.23	35.00	
にんじん(生)	22.68	22.00	
干しいたけ(スライス)	1.00	1.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
トウバンジャン	0.20	0.20	
テンメンジャン	4.00	4.00	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	3.00	3.00	小麦、大豆
四川黒ソース(冷凍)	1.50	1.50	小麦、大豆、鶏肉、ごま
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
三温糖	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	1.50	1.50	
水	30.00	30.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
キャベツ(生)	29.41	25.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
はるさめ	2.00	2.00	
中華ドレッシング(調理用)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま、りんご、鶏肉

センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

## 給食日誌

令和4年10月27日 木曜日

<献立名> ミートソーススパゲティ 牛乳 じゃことチーズのサラダ オレンジゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトめん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・ひき)	30.00	30.00	豚肉
にんにく(生)	0.33	0.30	
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
にんじん(生)	30.93	30.00	
エリンギ(冷凍)	12.00	12.00	
トマトピューレー	10.00	10.00	
トマトケチャップ	28.00	28.00	
中濃ソース	4.60	4.60	
ハヤシルウ	7.50	7.50	小麦、大豆、豚肉
デミグラスソース	7.00	7.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	1.20	1.20	
こしょう(白)	0.03	0.03	
なたね油	0.60	0.60	
水	70.00	70.00	
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	
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	
オレンジゼリー(冷凍)	1個	30.00	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 いわしのみぞれ煮 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
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
油揚げ(カット・冷凍)	7.00	7.00	大豆
だしのもと	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	7.00	7.00	小麦、大豆
食塩	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば
豚肉(もも・こま)	18.00	18.00	豚肉
板こんにゃく	25.00	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
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

センター調理中学校  
(元郷センターB献立)

## 給食日誌

令和4年10月31日月曜日

<献立名> ツイストパン 牛乳 パンプキンポタージュ ささみレモン風味 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
ツイストパン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ショルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
西洋かぼちゃ(角切り)	30.00	30.00	
パンプキンペースト(冷凍)	30.00	30.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
なたね油	0.50	0.50	
ホワイトルウ	7.50	7.50	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	70.00	70.00	乳
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.02	0.02	
水	70.00	70.00	
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	
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	