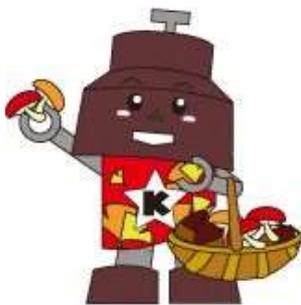


令和4年

川口市学校給食献立日誌

10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> チーズパン 牛乳 キャベツと肉団子のスープ 花豆コロッケ コーンサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
チーズパン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
肉団子（冷凍）	36.00	36.00	大豆、鶏肉、豚肉
キャベツ（生）	23.53	20.00	
にんじん（生）	8.25	8.00	
たまねぎ（生）	10.64	10.00	
ほうれんそう（生）	16.67	15.00	
食塩	0.40	0.40	
コンソメのもと	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	2.40	2.40	大豆、鶏肉、豚肉
水	160.00	160.00	小麦、大豆
花豆コロッケ（冷凍）	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）	6.00	6.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
ホールコーン（冷凍）	30.00	30.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
にんじん（生）	5.15	5.00	
サウザンアイランドドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	

給食日誌

令和4年10月4日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 秋野菜のみそ汁 豚肉のねぎしょうがソース オレンジ

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
さつまいも(角切り)	33.00	33.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
れんこん(いちょう)	10.00	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
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	165.00	165.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
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	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
三温糖	1.50	1.50	
でん粉(じゃがいも)	0.20	0.20	
なたね油	0.20	0.20	
水	6.00	6.00	
オレンジ(生)	1/6個	19.00	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい もやしのサラダ

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)	110.00	110.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	25.00	25.00	豚肉
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
干しいたけ(スライス)	0.80	0.80	
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	0.30	0.30	
清酒	3.00	3.00	
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
四川黒ソース(冷凍)	2.00	2.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
こいくちしょうゆ	4.50	4.50	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)	3.00	3.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
三温糖	0.30	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
水	50.00	50.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
もやし(生)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
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> ねぎまうどん 牛乳 さけフライ 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	210.00	210.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
鶏ももこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
ながねぎ(生)	25.00	15.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
なると(オキアミ・冷凍)	6.00	6.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	12.00	12.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
食塩	0.60	0.60	
水	165.00	165.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鮭フライ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さけ
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

<献立名> ハヤシライス 牛乳 オムレツ 温野菜サラダ ブルーベリーゼリー

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	
米粒麦	10.00	10.00	
水	132.00	132.00	
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(生)	44.44	40.00	
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
ぶどう酒(赤)	2.00	2.00	
こしょう(白)	0.03	0.03	
食塩	0.10	0.10	
なたね油	0.50	0.50	
トマトケチャップ	2.00	2.00	
デミグラスソース	8.00	8.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
ハヤシルウ	18.00	18.00	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
プレーンオムレツ(冷凍)	1個	40.00	卵、大豆
キャベツ(生)	35.29	30.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
ごまドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま
ブルーベリーゼリー(冷凍)	1個	50.00	

<献立名> ごはん 牛乳 はるさめスープ 油淋鶏 ひじきのサラダ

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
豚肉(もも・こま)	14.00	14.00	豚肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	18.09	17.00	
えのきたけ(バラカット)	6.00	6.00	
はるさめ	6.00	6.00	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
食塩	0.50	0.50	
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	4.40	4.40	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	2.30	2.30	
水	180.00	180.00	
鶏もも(皮なし)	2個	50.00	鶏肉
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
三温糖	3.50	3.50	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
穀物酢	3.50	3.50	
でん粉(じゃがいも)	0.20	0.20	
水	3.00	3.00	
ひじき	0.50	0.50	
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)	5.00	5.00	
香味塩ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま

<献立名> ふき寄せごはん 牛乳 いも団子汁 いわしのおろしがけ

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	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
鶏ももこま(皮つき)	9.00	9.00	鶏肉
にんじん(生)	9.28	9.00	
ごぼう(生)	5.56	5.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
くり(カット・チルド)	8.00	8.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	2.00	2.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも団子(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	11.34	11.00	
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	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ	3.10	3.10	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	170.00	170.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば

<献立名> たんめん 牛乳 春巻 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)	15.00	15.00	豚肉
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
干ししいたけ(スライス)	0.50	0.50	
にんじん(生)	15.46	15.00	
キャベツ(生)	27.06	23.00	
うずら卵(レトルト)	20.00	20.00	卵
食塩	1.50	1.50	
こしょう(白)	0.02	0.02	
でん粉(じゃがいも)	1.00	1.00	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
がらスープ(レトルト)	20.00	20.00	大豆、鶏肉、豚肉
水	160.00	160.00	
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	
にんじん(生)	10.31	10.00	
チンゲンサイ(生)	11.76	10.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
中華ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま、りんご、鶏肉

給食日誌

令和4年10月14日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 かぶと小松菜のみそ汁 白ごまつくね 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	33.00	33.00	大豆
油揚げ	8.00	8.00	大豆
たまねぎ(生)	18.09	17.00	
かぶ(根、葉付き、生)	15.38	10.00	
ごまつな(生)	15.29	13.00	
煮干し	5.00	5.00	
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
水	160.00	160.00	
白ごまつくね(冷凍)	2個	40.00	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)	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	
切り干し大根	5.50	5.50	
にんじん(生)	7.22	7.00	
さつまあげ(冷凍)	7.00	7.00	
なたね油	0.40	0.40	
三温糖	1.30	1.30	
だしのもと	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	2.40	2.40	小麦、大豆
水	13.00	13.00	

<献立名> はちみつパン 牛乳 さつまいもときのこのクリームシチュー ウィンナーのカレー揚げ ブロッコリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
はちみつパン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま（皮つき）	12.00	12.00	鶏肉
にんじん（生）	12.37	12.00	
たまねぎ（生）	24.47	23.00	
エリンギ（しなちくカット）	6.00	6.00	
ぶなしめじ（バラカット）	12.00	12.00	
さつまいも（角切り）	33.00	33.00	
ぶどう酒（白）	2.20	2.20	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.60	0.60	
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
クッキングチーズ	4.00	4.00	乳
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	65.00	65.00	乳
水	70.00	70.00	
ウィンナーソーセージFe入り	2個	40.00	豚肉
小麦粉	3.00	3.00	小麦
カレー粉	0.04	0.04	
水	4.00	4.00	
なたね油（揚油）	4.00	4.00	
ブロッコリー（冷凍）	40.00	40.00	
コーンクリーミードレッシング（ボトル）	6.00	6.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 ざくざく汁 ソースかつ ポイルキャベツ もものゼリー

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
鶏ももこま(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(生)	6.67	6.00	
さといも(いちょう)	16.00	16.00	
板こんにゃく	8.00	8.00	
干ししいたけ(スライス)	0.40	0.40	
焼き豆腐	15.00	15.00	大豆
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.40	0.40	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	6.60	6.60	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.20	1.20	
水	160.00	160.00	
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	9.00	9.00	
清酒	1.80	1.80	
三温糖	2.25	2.25	
こいくちしょうゆ	1.20	1.20	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.45	0.45	
水	9.00	9.00	
キャベツ(生)	41.18	35.00	
ピーチゼリー(冷凍)	1個	30.00	もも

給食日誌

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが さんまの塩焼き ほうれんそうとえのきの煮浸し

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
にんじん(生)	25.77	25.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
じゃがいも(生)	111.11	100.00	
しらたき	20.00	20.00	
三温糖	5.00	5.00	
だしのもと	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦、大豆
水	40.00	40.00	
さんまの塩焼き(冷凍)	1個	40.00	
ほうれんそう(生)	33.33	30.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
こいくちしょうゆ	1.40	1.40	小麦、大豆
だしのもと	0.40	0.40	

<献立名> きつねときのごまうどん 牛乳 いかとえびのかき揚げ 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
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)	13.00	13.00	豚肉
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	8.00	8.00	
まいたけ(バラカット)	8.00	8.00	
油揚げ	10.00	10.00	大豆
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
すりごま(白)	3.00	3.00	ごま
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
三温糖	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.30	0.30	
とうがらし	0.02	0.02	
水	170.00	170.00	
牛乳	1個	206.00	乳
えびといかのかき揚げ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、えび、いか
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
こまつな(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	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、ごま、鶏肉、豚肉

<献立名> ビビンパ 牛乳 トック入りスープ パオズ

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)	35.00	35.00	豚肉
しょうが(生)	0.75	0.60	
にんにく(生)	0.33	0.30	
なたね油	0.60	0.60	
にんじん(生)	15.46	15.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
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)	13.00	13.00	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	26.00	26.00	
カットわかめ	0.90	0.90	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.40	0.40	
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	
肉パオズ(冷凍)	1個	30.00	小麦、大豆、豚肉、ごま

<献立名> メロンパン 牛乳 白いんげん豆のスープ ミートボールのトマトソースがけ
粉ふきいも

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
スクールメロン	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
白いんげん(レトルト)	6.00	6.00	
ショルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.80	0.80	
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
水	165.00	165.00	
肉団子(冷凍)	52.00	52.00	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	0.40	0.40	
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	
じゃがいも(生)	55.56	50.00	
パセリ(乾)	0.03	0.03	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	

<献立名> ごはん 牛乳 とん汁 さばの幽庵焼き 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
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
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ごぼう(生)	7.78	7.00	
なたね油	0.60	0.60	
煮干し	5.00	5.00	
みそ(白)	9.20	9.20	大豆
みそ(赤)	2.20	2.20	大豆
水	155.00	155.00	
さばの幽庵焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば
鶏ももこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
板こんにゃく	20.00	20.00	
にんじん(生)	6.19	6.00	
いんげん(冷凍)	3.00	3.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
清酒	1.00	1.00	
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	2.80	2.80	小麦、大豆
水	2.00	2.00	

<献立名> カレーライス 牛乳 だいこんサラダ 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
だいこん(生)	22.22	20.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	6.19	6.00	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
イタリアンドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	大豆
乳酸菌飲料	1個	65.00	乳

<献立名> スパゲティポローニャソース 牛乳 ツナポテコロッケ りんご

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	1個	180.00	小麦
オリーブ油	5.00	5.00	
豚肉(もも・ひき)	30.00	30.00	豚肉
にんじん(生)	36.08	35.00	
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
エリンギ(しなちくカット)	5.00	5.00	
にんにく(生)	0.43	0.40	
オリーブ油	0.60	0.60	
トマトケチャップ	25.00	25.00	
中濃ソース	4.50	4.50	
ハヤシルウ	7.00	7.00	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
でん粉(じゃがいも)	1.50	1.50	
コンソメのもと	0.60	0.60	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.12	0.12	
こしょう(白)	0.01	0.01	
水	95.00	95.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ツナポテコロッケ(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	
りんご(生)	1/8個	28.65	りんご

<献立名> きんぴらごはん 牛乳 たまねぎのみそ汁 彩りたまご焼き

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	
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
ごぼう(生)	13.33	12.00	
にんじん(生)	9.28	9.00	
干しいたけ(スライス)	1.00	1.00	
さやえんどう(冷凍)	3.00	3.00	
なたね油	1.00	1.00	
だしのもと	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
三温糖	1.80	1.80	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
とうがらし	0.01	0.01	
牛乳	1個	206.00	乳
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
カットわかめ	0.50	0.50	
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	175.00	175.00	
いろどりたまご焼き(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆、豚肉、ゼラチン

<献立名> バターロール 牛乳 パンプキンポタージュ 鶏肉のガーリックソースがけ 花野菜サラダ

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
ショルダーベーコン（短冊）	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ（生）	38.30	36.00	
パンプキンペースト（冷凍）	38.00	38.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.60	0.60	
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）	80.00	80.00	乳
水	75.00	75.00	
鶏もも（皮なし）	1個	50.00	鶏肉
でん粉（じゃがいも）	9.00	9.00	
なたね油（揚油）	5.00	5.00	
食塩	0.20	0.20	
こしょう（白）	0.01	0.01	
たまねぎ（生）	10.64	10.00	
ぶなしめじ（バラカット）	5.00	5.00	
にんにく（生）	0.33	0.30	
なたね油	0.30	0.30	
デミグラスソース	7.00	7.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	3.00	3.00	
水	3.00	3.00	
ブロッコリー（冷凍）	20.00	20.00	
カリフラワー（冷凍）	20.00	20.00	
コールスロードレッシング（ボトル）	6.00	6.00	