

令和4年

川口市学校給食献立日誌

11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> ごはん 牛乳 秋野菜のみそ汁 さんまの蒲焼き 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
さつまいも(角切り)	25.00	25.00	
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	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
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)	2.00	2.00	大豆
水	165.00	165.00	
さんまの開き(でん粉付・冷凍)	1個	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
三温糖	4.00	4.00	
水	1.00	1.00	
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)	8.00	8.00	
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> ごはん 牛乳 かきたま汁 豚肉のねぎしょうがソース こんにゃくの炒め煮
ゆずゼリー

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
鶏卵. 全卵(生)	27.06	23.00	卵
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	18.09	17.00	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
食塩	1.20	1.20	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	2.30	2.30	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	180.00	180.00	
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	
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	
鶏ももこま(皮なし)	12.00	12.00	鶏肉
板こんにゃく	20.00	20.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
いんげん(冷凍)	3.00	3.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.40	1.40	
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	
ゆずゼリー(冷凍)	1個	40.00	

給食日誌

令和4年11月4日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 切り干し大根のごまみそ汁 和風おろしハンバーグ 小松菜の煮びたし 納豆

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
切り干し大根	4.00	4.00	
にんじん(生)	17.53	17.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
すりごま(白)	2.50	2.50	ごま
煮干し	5.00	5.00	
みそ(白)	10.20	10.20	大豆
みそ(赤)	2.80	2.80	大豆
水	180.00	180.00	
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	
大根おろし(冷凍)	15.00	15.00	
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)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
こまつな(生)	35.29	30.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
三温糖	0.50	0.50	
清酒	0.60	0.60	
だしのもと	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	1.80	1.80	小麦、大豆
納豆	1個	30.00	小麦、大豆

<献立名> 子供パン 牛乳 むさしのシチュー 彩の国キャベツメンチカツ みかん

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（皮なし）	15.00	15.00	鶏肉	
さつまいも（角切り）	35.00	35.00		
にんじん（生）	20.62	20.00		
たまねぎ（生）	21.28	20.00		
ブロッコリー（冷凍）	13.00	13.00		
なたね油	0.50	0.50		
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
ぶどう酒（白）	1.00	1.00		
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	80.00	80.00		
キャベツメンチカツ（冷凍）	1個	60.00		小麦、大豆、豚肉
なたね油（揚油）	6.00	6.00		
中濃ソース	5.00	5.00		
温州みかん（生）	1個	80.00		

<献立名> わかめごはん 牛乳 彩の国汁 米粉のから揚げ 温野菜サラダ

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	
炊き込みわかめ	3.00	3.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(ロース・スライス)	14.00	14.00	豚肉
はくさい(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
豆腐(木綿)	10.00	10.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
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	2.50	2.50	小麦、大豆
水	165.00	165.00	
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	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
でん粉(米粉入り)	9.00	9.00	
でん粉(じゃがいも)	1.00	1.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
キャベツ(生)	29.41	25.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
かんきつドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

給食日誌

令和4年11月9日水曜日

<献立名> 鉄骨ちらし 牛乳 鰹物汁 きゅぼらんたまご焼き きゅぼらんゼリー(りんご)

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	
三温糖	5.50	5.50	
穀物酢	9.10	9.10	
食塩	1.30	1.30	
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
油揚げ	10.00	10.00	大豆
ひじき	1.50	1.50	
小えび(乾)	0.70	0.70	えび
にんじん(生)	10.31	10.00	
三温糖	1.40	1.40	
こいくちしょうゆ	2.40	2.40	小麦、大豆
だしのもと	0.25	0.25	
食塩	0.10	0.10	
なたね油	1.00	1.00	
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	38.00	38.00	大豆
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
板こんにゃく	6.00	6.00	
煮干し	5.00	5.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	155.00	155.00	
ごま油	1.00	1.00	ごま
厚焼きたまご(きゅぼらん・冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆
りんごゼリー(きゅぼらん柄・冷凍)	1個	30.00	りんご

<献立名> おっきりこみ 牛乳 狭山茶風味のししゃもフライ ミニトマト 一口いもようかん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん(平打ち)	200.00	200.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
鶏ももこま(皮なし)	18.00	18.00	鶏肉
油揚げ	9.00	9.00	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	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
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	14.00	14.00	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
清酒	1.50	1.50	
三温糖	0.70	0.70	
水	170.00	170.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ししゃも狭山茶フライ(冷凍)	2個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
ミニトマト(生)	2個	21.56	
一口いもようかん(冷凍)	1個	35.00	

<献立名> カレーライス 牛乳 ひじきのサラダ 川口いちごのゼリー

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	
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)	26.60	25.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	5.00	5.00	大豆
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
ひじき	0.50	0.50	
にんじん(生)	8.25	8.00	
こまつな(生)	17.65	15.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
香味塩ドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
いちごゼリー(冷凍)	1個	18.00	

<献立名> ごはん 牛乳 泥亀汁 鮭フライ 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
にんじん(生)	15.46	15.00	
なす(生)	11.11	10.00	
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
油揚げ	5.00	5.00	大豆
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
みそ(白)	11.00	11.00	大豆
すりごま(白)	2.00	2.00	ごま
煮干し	5.00	5.00	
水	145.00	145.00	
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	
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
いんげん(冷凍)	1.00	1.00	
板こんにゃく	5.00	5.00	
鶏ももこま(皮なし)	5.00	5.00	鶏肉
なたね油	0.30	0.30	
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	2.00	2.00	

<献立名> キャロットピラフ 牛乳 肉団子のスープ 鶏肉のマスタードソースがけ ほうれんそうときのこのソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
キャロットピラフの素	30.00	30.00	鶏肉
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
肉団子(冷凍)	37.00	37.00	大豆、鶏肉、豚肉
キャベツ(生)	41.18	35.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
食塩	0.30	0.30	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
鶏もも(皮つき)	1個	60.00	鶏肉
食塩	0.10	0.10	
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
粒入りマスタード	3.50	3.50	
三温糖	0.50	0.50	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
みりん(本みりん)	2.50	2.50	
水	3.50	3.50	
ほうれんそう(生)	33.33	30.00	
エリンギ(しなちくカット)	8.00	8.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	

<献立名> 長崎ちゃんぽん 牛乳 彩の国ねぎみそぎょうざ りんご

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)	25.00	25.00	豚肉
かまぼこ(冷凍)	12.00	12.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	0.30	0.30	小麦、大豆
オイスターソース	2.50	2.50	
豚骨ラーメンスープ(レトルト)	10.00	10.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
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)	2.00	2.00	
ごま油	0.40	0.40	ごま
豆乳	30.00	30.00	大豆
水	135.00	135.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ねぎみそぎょうざ(冷凍)	3個	60.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
りんご(生)	1/8個	28.65	りんご

<献立名> ごはん 牛乳 まゆ玉汁 さばの辛味焼き きんぴらごぼう

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
白玉もち(冷凍)	25.00	25.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
煮干し	5.00	5.00	
みそ(白)	9.50	9.50	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	170.00	170.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	27.78	25.00	
さつまあげ(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.14	1.14	
みりん(本みりん)	0.57	0.57	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま

給食日誌

<献立名> チーズパン 牛乳 キャベツとウィンナーのスープ 花豆コロッケ オレンジ

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
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	12.00	12.00	豚肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
キャベツ(生)	27.06	23.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
にんにく(生)	0.25	0.23	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.80	0.80	
こしょう(白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	1.20	1.20	
水	170.00	170.00	
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	
オレンジ(生)	1/6個	19.00	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 中華おこげスープ パオズ 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
おこげ	1個	14.00	大豆
豚肉(ロース・スライス)	12.00	12.00	豚肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
にら(生)	2.11	2.00	
干ししいたけ(スライス)	0.30	0.30	
食塩	0.70	0.70	
清酒	1.30	1.30	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
がらスープ(レトルト)	10.00	10.00	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	1.70	1.70	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	1.60	1.60	
しょうが(生)	0.25	0.20	
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	160.00	160.00	
肉パオズ(冷凍)	2個	60.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
こまつな(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	
バ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> スパゲティキャロットソース 牛乳 ミートかぼちゃフライ ブロッコリー プルーン

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	
たまねぎ(生)	29.79	28.00	
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)	6.00	6.00	
にんじん(生)	39.18	38.00	
エスパニョールソース	6.50	6.50	乳、小麦、大豆、りんご、鶏肉、豚肉
アップルソース	6.00	6.00	りんご
トマト(カット)	36.00	36.00	
パプリカパウダー	0.03	0.03	
コンソメのもと	1.60	1.60	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(白)	1.90	1.90	
食塩	1.70	1.70	
こしょう(白)	0.02	0.02	
なたね油	0.80	0.80	
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
パセリ(乾)	0.01	0.01	
水	95.00	95.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ミートかぼちゃフライ(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
ブロッコリー(冷凍)	40.00	40.00	
コールスロードレッシング(ボトル)	6.00	6.00	
プルーン(乾)	1個	14.00	

<献立名> かてめし 牛乳 呉汁 いわしの梅しょうゆ煮

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	
鶏ももこま(皮なし)	13.00	13.00	鶏肉
ごぼう(生)	8.89	8.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ずいき(水煮カット)	1.50	1.50	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
凍り豆腐	1.00	1.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.25	2.25	小麦、大豆
三温糖	0.90	0.90	
清酒	0.90	0.90	
食塩	0.10	0.10	
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)	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	
いわし梅醤油煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆

<献立名> さきたまライスボール 牛乳 ニョッキのクリームスープ 白身魚の香草フライ
枝豆のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ライスボール	50.00	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）	8.00	8.00	豚肉
にんじん（生）	22.68	22.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
マッシュルーム（レトルト）	6.00	6.00	
ポテトニョッキ（冷凍）	11.00	11.00	小麦
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
ホワイトルウ	8.00	8.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	85.00	85.00	乳
水	85.00	85.00	
白身魚の香草フライ（冷凍）	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）	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	
キャベツ（生）	29.41	25.00	
イタリアンドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 わかめスープ 春巻 切り干し大根のサラダ

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
カットわかめ	1.00	1.00	
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
うずら卵(レトルト)	23.00	23.00	卵
中華スープのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	0.26	0.26	
こしょう(白)	0.01	0.01	
でん粉(じゃがいも)	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
水	175.00	175.00	
春巻(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
切り干し大根	5.00	5.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
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11月30日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 すいとん あんかけ豆腐ハンバーグ すき昆布のうま煮 米粉のブルーベリータルト

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(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
すいとん(乳・卵抜き・冷凍)	25.00	25.00	小麦
こまつな(生)	9.41	8.00	
食塩	0.60	0.60	
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	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	2.20	2.20	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
穀物酢	0.70	0.70	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	10.00	10.00	
すきこんぶ	0.80	0.80	
にんじん(生)	12.37	12.00	
さつまあげ(冷凍)	7.00	7.00	
なたね油	0.20	0.20	
三温糖	0.80	0.80	
みりん(本みりん)	0.80	0.80	
だしのもと	0.32	0.32	
こいくちしょうゆ	1.60	1.60	小麦、大豆
水	2.00	2.00	
米粉のブルーベリータルト(冷凍)	1個	25.00	大豆

