

令和4年

川口市学校給食献立日誌

11月

自校調理小学校



川口市マスコット「きゅぼらん」

献立実施校

本町・幸町・仲町・上青木・飯塚・新郷・神根・
並木・安行・原町・前川・青木中央・元郷南・
芝西・芝富士・前川東・根岸・慈林・差間・
戸塚南・鳩ヶ谷・中居・辻・里・桜町・南鳩ヶ谷

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あります。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「きゅぼらん」

<献立名> ソース焼きうどん 牛乳 彩の国キャベツメンチかつ みかん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	83.00	83.00	小麦 地粉うどんは製品重量表記です。
豚肉 (もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
豚肉 (ばら・こま)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ (生)	18.09	17.00	
にんじん (生)	11.34	11.00	
キャベツ (生)	35.29	30.00	
もやし (生)	17.00	17.00	
ぶなしめじ (バラカット)	6.00	6.00	
なたね油	3.00	3.00	
食塩	0.40	0.40	
焼きうどんソース	7.50	7.50	小麦、大豆、りんご
中濃ソース	3.30	3.30	
ウスターソース	2.20	2.20	
あおのり	0.03	0.03	
かつお節 (碎片)	1.00	1.00	
牛乳	1個	206.00	乳
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)	5.00	5.00	
温州みかん (生)	1個	80.00	

<献立名> ひじきピラフ 牛乳 チキンナゲット ノードルスープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	60.00	60.00	
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
ひじき	1.00	1.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	1.00	1.00	
食塩	0.70	0.70	
こしょう(白)	0.03	0.03	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
水	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
チキンナゲット(冷凍)	2個	40.00	乳、小麦、大豆、鶏肉
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
シヨルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
ながねぎ(生)	6.67	4.00	
チキンブイヨン(冷凍)	10.00	10.00	鶏肉
食塩	1.00	1.00	
こしょう(白)	0.01	0.01	
コンソメのもと	0.70	0.70	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	
米粉めん	10.00	10.00	
こまつな(生)	17.65	15.00	

<献立名> きゅぼらんパン 牛乳 ポークビーンズ 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
きゅぼらんパン	1個	80.00	乳、小麦、大豆 きゅぼらんパンは生地重量表記です。
フラワーロール (低)	1個	40.00	小麦、大豆
フラワーロール (中)	1個	50.00	小麦、大豆
フラワーロール (高)	1個	60.00	小麦、大豆
※ 学校により主食の内容が異なります。主食別学校一覧は、月献立栄養価ページにあります。			
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉 (もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
大豆 (乾)	13.00	13.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
たまねぎ (生)	42.55	40.00	
にんじん (生)	20.62	20.00	
じゃがいも (生)	33.33	30.00	
マッシュルーム (レトルト)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
上白糖	1.00	1.00	
食塩	0.40	0.40	
こしょう (白)	0.03	0.03	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	15.00	15.00	
ウスターソース	0.70	0.70	
水	30.00	30.00	
切り干し大根	4.00	4.00	
ライトツナ (水煮・レトルト)	20.00	20.00	
キャベツ (生)	35.29	30.00	
にんじん (生)	3.09	3.00	
ホールコーン (冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	2.00	2.00	
上白糖	0.40	0.40	
食塩	0.10	0.10	
穀物酢	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆

<献立名> とりごぼうピラフ 牛乳 ニョッキの豆乳クリームスープ 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)	60.00	60.00	
水	80.00	80.00	
鶏ももこま(皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
ごぼう(生)	11.11	10.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
有塩バター	1.00	1.00	乳
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.02	0.02	
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
牛乳	1個	206.00	乳
ポテトニョッキ(冷凍)	20.00	20.00	小麦
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.80	0.80	
こしょう(白)	0.03	0.03	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	4.00	4.00	
小麦粉	4.00	4.00	小麦
豆乳	60.00	60.00	大豆
水	60.00	60.00	
パセリ(葉・生)	0.33	0.30	
米粉のブルーベリータルト(冷凍)	1個	25.00	大豆

<献立名> おっきりこみ 牛乳 みそポテト

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) (低)	1個	60.00	小麦
地粉うどん (平打ち) (中)	1個	70.00	小麦
地粉うどん (平打ち) (高)	1個	80.00	小麦
鶏ももこま (皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
油揚げ (カット・冷凍)	7.00	7.00	大豆
にんじん (生)	8.25	8.00	
だいこん (生)	11.11	10.00	
はくさい (生)	10.64	10.00	
ながねぎ (生)	8.33	5.00	
干しいたけ	0.80	0.80	
みりん (本みりん)	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	8.00	8.00	小麦、大豆
かつお節 (だし用)	3.00	3.00	
煮干し (だし用)	7.00	7.00	
清酒	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも (生)	66.67	60.00	
小麦粉	4.00	4.00	小麦
水	4.00	4.00	
なたね油 (揚油)	7.00	7.00	
みそ (赤)	3.00	3.00	大豆
三温糖	4.00	4.00	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
水	3.00	3.00	

<献立名> サイコロカレー 牛乳 小松菜としめじのソテー

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	
鶏ももこま(皮なし)	30.00	30.00	鶏肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	25.77	25.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
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	
食塩	0.60	0.60	
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	5.00	5.00	乳
カレールー	12.00	12.00	小麦、豚肉、りんご
カレー粉	0.10	0.10	
脱脂粉乳	3.00	3.00	乳
水	100.00	100.00	
さつまいも(角切り)	35.00	35.00	
なたね油(揚油)	3.00	3.00	
牛乳	1個	206.00	乳
こまつな(生)	47.06	40.00	
ぶなしめじ(バラカット)	13.00	13.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.25	0.25	
こしょう(白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ	0.70	0.70	小麦、大豆

<献立名> 鉄骨いなりちらし 牛乳 鑄物汁 川口いちごゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
酢めし (低)	60.00	60.00	
(中)	70.00	70.00	
(高)	80.00	80.00	
鶏ももこま (皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
ひじき	0.50	0.50	
三温糖	5.00	5.00	
清酒	1.00	1.00	
だしのもと	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
小えび (乾)	0.50	0.50	えび
ごま・生 (白)	1.00	1.00	ごま
スクランブルエッグ (冷凍)	20.00	20.00	卵、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐 (木綿)	40.00	40.00	大豆
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
板こんにゃく	15.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ (白)	9.00	9.00	大豆
みそ (赤)	2.00	2.00	大豆
水	130.00	130.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
いちごゼリー (冷凍)	1個	18.00	

<献立名> フラワーロール 牛乳 ポテトグラタン ベーコンスープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
フラワーロール (低)	1個	40.00	小麦、大豆
フラワーロール (中)	1個	50.00	
フラワーロール (高)	1個	60.00	
きゅぼらんパン	1個	80.00	乳、小麦、大豆
			※ 学校により主食の内容が異なります。主食別学校一覧は、月献立栄養価ページにあります。
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも (生)	55.56	50.00	鶏肉
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
鶏ももこま (皮なし)	15.00	15.00	
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.40	0.40	
こしょう (白)	0.01	0.01	
クッキングチーズ	3.00	3.00	
なたね油	1.50	1.50	
有塩バター	2.00	2.00	
小麦粉	5.00	5.00	小麦
脱脂粉乳	1.00	1.00	乳
牛乳 (調理用)	30.00	30.00	乳
水	15.00	15.00	
パセリ (葉・生)	0.56	0.50	
パン粉 (乾燥)	1.00	1.00	小麦
ショルダーベーコン (短冊)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ (生)	21.28	20.00	大豆、鶏肉、豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
キャベツ (生)	35.29	30.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.70	0.70	
こしょう (白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	
水	130.00	130.00	
にら (生)	5.26	5.00	

きゅぼらんパンは生地重量表記です。

<献立名> 五目ラーメン 牛乳 ポークしゅうまい りんご

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 (ばら・こま)	15.00	15.00	豚肉
豚肉 (もも・こま)	10.00	10.00	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)	17.65	15.00	
しょうが (生)	0.63	0.50	
食塩	1.00	1.00	
干しいたけ	0.50	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
ほうれんそう (生)	11.11	10.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
牛乳	1個	206.00	乳
ポークしゅうまい (冷凍)	2.8個	50.40	小麦、大豆、豚肉 【ポークしゅうまい】 1年生 2個 2～6年生 3個
りんご (生)	1/6個	38.25	りんご

<献立名> しゃくし菜じゃこごはん 牛乳 重忠汁 いもようかん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	60.00	60.00	
清酒	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
だしのもと	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	80.00	80.00	
刻みしゃくし菜	15.00	15.00	小麦、大豆
ちりめんじゃこ(冷凍)	3.00	3.00	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	0.20	0.20	小麦、大豆
ごま・生(白)	1.00	1.00	ごま
スクランブルエッグ(冷凍)	20.00	20.00	卵、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
煮込みもち(冷凍)	24.00	24.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
えのきたけ(バラカット)	12.00	12.00	
ながねぎ(生)	20.00	12.00	
板こんにゃく	10.00	10.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
みそ(白)	5.00	5.00	大豆
みそ(赤)	5.00	5.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	
一口いもようかん(冷凍)	1個	35.00	

給食日誌

<献立名> ごはん 牛乳 ユーリンチー わかめスープ 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	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏もも一口大(皮なし)	60.00	60.00	鶏肉
にんにく(生)	0.33	0.30	
しょうが(生)	0.63	0.50	
清酒	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	6.00	6.00	
なたね油(揚油)	7.00	7.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
上白糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦、大豆
穀物酢	3.00	3.00	
ごま油	0.30	0.30	ごま
ラー油	0.02	0.02	大豆、ごま
にんじん(生)	5.15	5.00	
ながねぎ(生)	20.00	12.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
食塩	1.00	1.00	
こしょう(白)	0.02	0.02	
だしのもと	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)	2.00	2.00	
水	160.00	160.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
ゆずゼリー(冷凍)	1個	40.00	

<献立名> 揚げパン(きなこ) 牛乳 大根クリームシチュー

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 袋なし) (低)	1個	40.00	小麦、大豆
コッペパン(乳・卵抜き 袋なし) (中)	1個	50.00	小麦、大豆
コッペパン(乳・卵抜き 袋なし) (高)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	7.00	7.00	
上白糖	5.00	5.00	
きな粉(全粒大豆)	5.00	5.00	大豆
食塩	0.05	0.05	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮なし)	20.00	20.00	鶏肉
だいこん(生)	38.89	35.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
はくさい(生)	10.64	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	10.00	10.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	3.00	3.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.60	0.60	
こしょう(白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	0.60	0.60	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	1.50	1.50	
有塩バター	2.00	2.00	乳
小麦粉	5.00	5.00	小麦
牛乳(調理用)	40.00	40.00	乳
水	70.00	70.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	

<献立名> キムチチャーハン 牛乳 いかナゲット わんたんスープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	60.00	60.00	
食塩	0.10	0.10	
コンソメのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
水	80.00	80.00	
鶏ももこま(皮なし)	20.00	20.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
キムチ(冷凍)	15.00	15.00	小麦、大豆、ごま、りんご、ゼラチン
なたね油	0.50	0.50	
ごま油	0.50	0.50	ごま
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.10	0.10	
スクランブルエッグ(冷凍)	20.00	20.00	卵、大豆
青ピーマン(生)	5.88	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いかナゲット(冷凍)	1.9個	38.00	小麦、大豆、豚肉、いか
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
			【いかナゲット】 1年生 1個 2～6年生 2個
豚肉(もも・こま)	5.00	5.00	豚肉
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	8.00	8.00	
ウェーブわんたん	5.00	5.00	小麦
食塩	0.80	0.80	
こしょう(白)	0.02	0.02	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	

<献立名> カレーなんばん 牛乳 大学いも みかん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん (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
鶏ももこま (皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ (生)	37.23	35.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
ながねぎ (生)	13.33	8.00	
上白糖	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	11.00	11.00	小麦、大豆
カレー粉	0.30	0.30	
でん粉 (じゃがいも)	5.00	5.00	
水	140.00	140.00	
ほうれんそう (生)	16.67	15.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも (生)	61.22	60.00	
なたね油 (揚油)	6.00	6.00	
上白糖	7.00	7.00	
水あめ	3.50	3.50	
こいくちしょうゆ	1.20	1.20	小麦、大豆
水	2.00	2.00	
ごま・生 (黒)	1.20	1.20	ごま
温州みかん (生)	1個	80.00	

<献立名> ごはん 牛乳 さばの塩焼き れんこんとひじきのきんぴら 白菜のみそ汁

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
さばの塩焼き(冷凍)	1個	50.00	さば
れんこん(生)	25.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ひじき	1.50	1.50	
ごま油	1.00	1.00	ごま
上白糖	0.60	0.60	
みりん(本みりん)	0.60	0.60	
清酒	0.60	0.60	
だしのもと	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	0.60	0.60	
ごま・生(白)	1.00	1.00	ごま
はくさい(生)	42.55	40.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
カットわかめ	0.50	0.50	
みそ(白)	11.00	11.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
かつお節(だし用)	3.00	3.00	
煮干し(だし用)	3.00	3.00	
清酒	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	

給食日誌

<献立名> 子供パン 牛乳 コーヒー飲料 煮込みハンバーグ ペーザンヌスープ

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	40.00	乳、小麦、大豆
子供パン (中)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
子供パン (高)	1個	60.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
コーヒー飲料	1個	12.50	
ハンバーグ (冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
たまねぎ (生)	10.64	10.00	
マッシュルーム (レトルト)	5.00	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
トマトケチャップ	4.00	4.00	
中濃ソース	4.00	4.00	
デミグラスソース	3.00	3.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
水	17.00	17.00	
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)	15.46	15.00	
じゃがいも (生)	33.33	30.00	
かぶ (生)	10.99	10.00	
キャベツ (生)	29.41	25.00	
なたね油	0.50	0.50	
チキンブイヨン (冷凍)	5.00	5.00	鶏肉
食塩	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	0.70	0.70	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
水	120.00	120.00	

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが かきたま汁 彩の国納豆

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(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
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	16.49	16.00	
じゃがいも(生)	77.78	70.00	
しらたき	12.00	12.00	
上白糖	2.00	2.00	
だしのもと	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	4.40	4.40	小麦、大豆
水	12.80	12.80	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	20.00	12.00	
食塩	1.00	1.00	
だしのもと	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)	2.00	2.00	
水	140.00	140.00	
鶏卵. 全卵(生)	23.53	20.00	卵
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
納豆	1個	30.00	小麦、大豆

<献立名> スパゲティナポリタン 牛乳 ほきのバジル揚げ ヨーグルト

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	84.00	84.00	小麦
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	25.00	25.00	豚肉
たまねぎ(生)	53.19	50.00	
にんじん(生)	18.56	18.00	
マッシュルーム(レトルト)	6.00	6.00	
なたね油	1.20	1.20	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	19.00	19.00	
ウスターソース	6.00	6.00	
牛乳	1個	206.00	乳
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	
ヨーグルト	1個	70.00	乳、大豆、ゼラチン
【アレルギー代替食】			
マスカットゼリー	1個	60.00	大豆

<献立名> かてめし 牛乳 わかさぎの天ぷら 豚汁

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	60.00	60.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
干しいたけ	0.50	0.50	
凍り豆腐	1.00	1.00	大豆
刻み昆布	0.30	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
きび砂糖	0.50	0.50	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.50	0.50	
だしのもと	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
水	72.00	72.00	
牛乳	1個	206.00	乳
わかさぎフリッター(冷凍)	2.6個	28.60	小麦、大豆
なたね油(揚油)	3.00	3.00	
			【わかさぎの天ぷら】 1～3年生 2個 4～6年生 3個
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	3.33	3.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
板こんにゃく	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	110.00	110.00	