

令和4年

# 川口市学校給食献立日誌

## 11月

センター調理小学校  
(新郷・南平学校給食センター献立)



川口市マスコット「きゅぼらん」

献立実施校

元郷・領家・舟戸・十二月田・飯仲・戸塚・  
神根東・朝日東・新郷南・新郷東・朝日西・  
東本郷・東領家・安行東・戸塚北

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 $\mu\text{g}/\text{ml}$ 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」



センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月1日 火曜日

&lt;献立名&gt; キャロットピラフホワイトソースかけ 牛乳 オムレツ ほうれんそうとコーンのソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
キャロットピラフ (低)	60.00	60.00	鶏肉
(中)	70.00	70.00	鶏肉
(高)	80.00	80.00	鶏肉
鶏ももこま (皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
にんじん (生)	20.62	20.00	
たまねぎ (生)	42.55	40.00	
じゃがいも (生)	27.78	25.00	
エリンギ (しなちくカット)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.60	0.60	
ホワイトルウ	8.00	8.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	50.00	50.00	乳
水	50.00	50.00	
牛乳	1個	206.00	乳
プレーンオムレツ (冷凍)	1個	50.00	卵、大豆
ほうれんそう (冷凍)	20.00	20.00	
ホールコーン (冷凍)	15.00	15.00	
ショルダーベーコン (短冊)	8.00	8.00	豚肉
なたね油	0.40	0.40	
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	

センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月2日水曜日

&lt;献立名&gt; さきたまライスボール 牛乳 オニオンスープ チキンナゲット 花野菜サラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ライスボール (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
ライスボール (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
ライスボール (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
シヨルダーベーコン (短冊)	8.00	8.00	豚肉
にんじん (生)	20.62	20.00	
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
たまねぎ (スライス・冷凍)	10.00	10.00	大豆
オリーブ油	0.30	0.30	
食塩	0.80	0.80	
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
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
パセリ (乾)	0.02	0.02	
水	160.00	160.00	
チキンナゲット (冷凍) 乳・卵抜き	2個	36.00	小麦、大豆、鶏肉
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
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	

センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月4日 金曜日

&lt;献立名&gt; たんたんめん 牛乳 彩の国ねぎぎょうざ プルーン

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 (もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
にんじん (生)	15.46	15.00	
えのきたけ (バラカット)	8.00	8.00	
ながねぎ (生)	13.33	8.00	
にんにく (生)	0.22	0.20	
しょうが (生)	0.38	0.30	
なたね油	0.30	0.30	
三温糖	1.00	1.00	
食塩	0.40	0.40	
こしょう (白)	0.03	0.03	
中華スープのもと	1.50	1.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
みそ (赤)	5.00	5.00	大豆
四川黒ソース (冷凍)	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
トウバンジャン	0.30	0.30	
水	140.00	140.00	
ねりごま	10.00	10.00	ごま
ラー油	0.10	0.10	大豆、ごま
チンゲンサイ (生)	9.41	8.00	
牛乳	1個	206.00	乳
深谷ねぎぎょうざ (冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
プルーン (乾)	1個	14.00	

センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月7日月曜日

<献立名> わかめごはん 牛乳 彩の国汁 いわしのみぞれがけ 小松菜としゃくし菜のいため煮 ひとくち芋ようかん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
わかめごはん	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
だいこん(生)	27.78	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
水	145.00	145.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
刻みしゃくし菜	5.00	5.00	小麦、大豆
こまつな(生)	23.53	20.00	
炒りたまご(冷凍)	10.00	10.00	卵、大豆
かつお節(碎片)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
ごま油	0.30	0.30	ごま
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
一口いもようかん(冷凍)	1個	35.00	

<献立名> ごはん 牛乳 まゆ玉汁 白ごまつくね 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	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
白玉もち(冷凍)	20.00	20.00	
油揚げ(カット・冷凍)	3.00	3.00	大豆
だいこん(生)	13.33	12.00	
にんじん(生)	13.40	13.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	8.00	8.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
こまつな(生)	9.41	8.00	
水	150.00	150.00	
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	
れんこん(いちょう)	18.00	18.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
三温糖	2.00	2.00	



センター調理小学校  
(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月9日水曜日

<献立名> クロワッサン 牛乳 むさしのシチュー かぼちゃコロッケ 温野菜サラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
クロワッサン (低)	1個	40.00	卵、乳、小麦、大豆
クロワッサン (中)	1個	50.00	卵、乳、小麦、大豆
クロワッサン (高)	1個	60.00	卵、乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま (皮なし)	5.00	5.00	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)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
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
ぶどう酒 (白)	1.00	1.00	
ホワイトルウ	8.00	8.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	60.00	60.00	乳
水	70.00	70.00	
かぼちゃコロッケ (冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
中濃ソース (ボトル)	5.00	5.00	
キャベツ (生)	29.41	25.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
香味塩ドレッシング (ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま

センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月10日 木曜日

&lt;献立名&gt; 鉄骨ちらし 牛乳 鰹物汁 きゅぼらんたまご焼き 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
酢めし	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
油揚げ(カット・冷凍)	10.00	10.00	大豆
ひじき	1.00	1.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
小えび(乾)	0.60	0.60	えび
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
食塩	0.20	0.20	
だしのもと	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
板こんにゃく	5.00	5.00	
煮干し	3.00	3.00	
みそ(白)	8.00	8.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	140.00	140.00	
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
いちごゼリー(冷凍)	1個	18.00	

センター調理小学校  
(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月11日 金曜日

<献立名> おっきりこみ 牛乳 みそポテト 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(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(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
さといも(いちょう)	13.00	13.00	
こまつな(生)	9.41	8.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
清酒	1.00	1.00	
食塩	1.00	1.00	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも(乱切り)	50.00	50.00	
小麦粉	3.00	3.00	小麦
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
みそ(赤)	4.00	4.00	大豆
三温糖	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	0.80	0.80	小麦、大豆
水	4.00	4.00	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月15日 火曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 きのこのピリ辛スープ 中華風チキンソテー 小松菜ともやしのナムル 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	(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)	15.00	15.00	豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
ぶなしめじ (バラカット)	10.00	10.00	
えのきたけ (バラカット)	10.00	10.00	
エリンギ (しなちくカット)	10.00	10.00	
干ししいたけ (スライス)	0.40	0.40	
はるさめ	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
みそ (赤)	3.50	3.50	大豆
トウバンジャン	0.15	0.15	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	155.00	155.00	
鶏もも (皮つき)	1個	50.00	鶏肉
にんにく (生)	0.22	0.20	
しょうが (生)	0.25	0.20	
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・いり (白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
こまつな (生)	23.53	20.00	
もやし (生)	15.00	15.00	
にんじん (生)	10.31	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
りんごゼリー (きゅぼらん柄・冷凍)	1個	30.00	りんご

センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月16日水曜日

&lt;献立名&gt; メロンパン 牛乳 ラビオリスープ メンチカツ 海藻サラダ

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 (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
スクールメロン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
スクールメロン (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ポークラビオリ (冷凍)	15.00	15.00	小麦、豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
ホールコーン (冷凍)	8.00	8.00	
ほうれんそう (冷凍)	8.00	8.00	
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
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
でん粉 (じゃがいも)	1.00	1.00	
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 (ボトル)	5.00	5.00	
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	
コーンクリームドレッシング (ボトル)	6.00	6.00	大豆

センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月17日木曜日

&lt;献立名&gt; かてめし 牛乳 だいこんのみそ汁 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	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
鶏ももこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(ささがき)	6.00	6.00	
凍り豆腐	0.80	0.80	大豆
油揚げ(カット・冷凍)	3.00	3.00	大豆
ずいき(水煮カット)	1.50	1.50	
干ししいたけ(スライス)	0.40	0.40	
なたね油	0.40	0.40	
三温糖	0.80	0.80	
食塩	0.20	0.20	
だしのもと	0.40	0.40	
清酒	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	4.00	4.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
だいこん(生)	22.22	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
カットわかめ	0.80	0.80	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	8.00	8.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	160.00	160.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、さけ、さば、ごま

センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月18日 金曜日

&lt;献立名&gt; ごぼうにやミートソーススパゲティ 牛乳 コーンフライ 枝豆のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトめん (低)	1個	60.00	小麦
ソフトめん (中)	1個	70.00	小麦
ソフトめん (高)	1個	80.00	小麦
豚肉 (もも・ひき)	24.50	24.50	豚肉
しょうが (生)	0.38	0.30	
にんにく (生)	0.33	0.30	
ごぼう (ささがき)	7.00	7.00	
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
にんじん (生)	8.25	8.00	
エリンギ (しなちくカット)	5.00	5.00	
パセリ (乾)	0.02	0.02	
トマトピューレー	27.00	27.00	
トマトケチャップ	11.00	11.00	
コンソメのもと	1.90	1.90	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒 (赤)	1.10	1.10	
ウスターソース	1.40	1.40	
三温糖	1.00	1.00	
食塩	1.00	1.00	
こしょう (白)	0.01	0.01	
でん粉 (じゃがいも)	2.70	2.70	
なたね油	0.40	0.40	
水	120.00	120.00	
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	
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

センター調理小学校

(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月21日月曜日

<献立名> ドライカレー 牛乳 ポテトニョッキのスープ ソーセージケチャップソース  
 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
ドライカレー	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ポテトニョッキ(冷凍)	10.00	10.00	小麦
ショルダーベーコン(短冊)	7.00	7.00	豚肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.80	0.80	
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
水	145.00	145.00	
ウィンナーソーセージ	2個	40.00	豚肉
トマトケチャップ	4.00	4.00	
ウスターソース	2.00	2.00	
三温糖	0.35	0.35	
でん粉(じゃがいも)	0.05	0.05	
水	1.50	1.50	
ほうれんそう(冷凍)	25.00	25.00	
エリンギ(しなちくカット)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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> ごはん 牛乳 泥亀汁 鮭フライ 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	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
にんじん(生)	15.46	15.00	
なす(生)	8.89	8.00	
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
ほうれんそう(冷凍)	4.00	4.00	
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
すりごま(白)	2.00	2.00	ごま
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
鮭フライ(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、さけ
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
鶏ももこま(皮なし)	8.00	8.00	鶏肉
板こんにゃく	20.00	20.00	
にんじん(生)	9.28	9.00	
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	
だしのもと	0.30	0.30	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
水	2.00	2.00	

<献立名> ごはん 牛乳 いも団子汁 あんかけ豆腐ハンバーグ こまつな炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも団子(冷凍)	25.00	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
ごぼう(半月)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
食塩	0.70	0.70	
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
水	150.00	150.00	
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	
こまつな(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ライトツナ(水煮・レトルト)	15.00	15.00	
なたね油	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.01	0.01	

<献立名> ねぎまうどん 牛乳 いかのかりんあげ りんご

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)	15.00	15.00	鶏肉
油揚げ (カット・冷凍)	10.00	10.00	大豆
なると (オキアミ・冷凍)	6.00	6.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
ながねぎ (生)	16.67	10.00	
しょうが (生)	0.38	0.30	
みりん (本みりん)	2.00	2.00	
食塩	0.90	0.90	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦、大豆
水	165.00	165.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いか短冊 (でん粉付・冷凍)	45.00	45.00	いか
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
三温糖	2.70	2.70	
みりん (本みりん)	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	2.70	2.70	小麦、大豆
水	5.50	5.50	
りんご (生)	1/8個	28.65	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	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
豚肉(もも・せん切り)	25.00	25.00	豚肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
もやし(生)	25.00	25.00	
しょうが(生)	0.75	0.60	
にんにく(生)	0.22	0.20	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
清酒	0.30	0.30	
穀物酢	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
みそ(赤)	1.00	1.00	大豆
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
ごま油	0.70	0.70	ごま
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮なし)	8.00	8.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	19.15	18.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
トック	22.00	22.00	
カットわかめ	0.80	0.80	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	
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	2.00	2.00	小麦、大豆
水	155.00	155.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、大豆、豚肉

<献立名> カレーライス 牛乳 だいこんサラダ ゆずゼリー

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	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
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	
なたね油	0.50	0.50	
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	6.00	6.00	
ウスターソース	2.00	2.00	
中濃ソース	1.00	1.00	
カレールー	15.00	15.00	小麦、豚肉、りんご
豆乳	5.00	5.00	大豆
水	110.00	110.00	
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	
イタリアンドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	大豆
ゆずゼリー(冷凍)	1個	40.00	

センター調理小学校  
(新郷・南平センター献立)

## 給食日誌

令和4年11月30日水曜日

<献立名> バターロール 牛乳 キャベツと肉団子のスープ ポテトコロケ ブロッコリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
バターロールクレーセント (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
バターロールクレーセント (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
バターロールクレーセント (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
肉団子 (冷凍)	30.00	30.00	大豆、鶏肉、豚肉
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)	5.00	5.00	
ほうれんそう (冷凍)	10.00	10.00	
食塩	0.10	0.10	
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	4.00	4.00	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
ポテトコロケ (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 (ボトル)	5.00	5.00	
ブロッコリー (冷凍)	40.00	40.00	
サウザンアイランドドレッシング (ボトル)	6.00	6.00	

