

自校調理中学校

献立実施校

鳩ヶ谷中 八幡木中 里中

令和5年

川口市学校給食献立日誌

1月



川口市マスコット「きゅぼらん」

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 $\mu\text{g}/\text{ml}$ 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」

<献立名> わかめごはん 牛乳 お雑煮 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(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
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	18.89	17.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
干しいたけ(スライス)	0.60	0.60	
かまぼこ(梅型)	6.00	6.00	
煮込みもち(冷凍)	27.00	27.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
食塩	0.43	0.43	
清酒	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
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)	23.00	23.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	8.00	8.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	

<献立名> きつねうどん 牛乳 いかとえびのかき揚げ マスカットゼリー

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)	15.00	15.00	豚肉
油揚げ	13.00	13.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	11.67	7.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
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
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	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	
マスカットゼリー	1個	60.00	大豆

<献立名> ドライカレーホワイトソースがけ 牛乳 ハンバーグオニオンソース 彩りソテー

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	
ドライカレーの素	30.00	30.00	小麦、大豆、鶏肉
水	120.00	120.00	
鶏ももこま(皮なし)	18.00	18.00	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)	8.00	8.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.60	0.60	
クッキングチーズ	2.00	2.00	乳
牛乳(調理用)	60.00	60.00	乳
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
水	70.00	70.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ハンバーグ(冷凍)	1個	50.00	小麦、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	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
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)	0.30	0.30	
なたね油	0.20	0.20	
水	6.00	6.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
キャベツ(生)	35.29	30.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
コンソメのもと	0.10	0.10	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	0.10	0.10	小麦、大豆

<献立名> メロンパン 牛乳 コーヒー飲料 ミネストローネ ミートかぼちゃフライ 枝豆のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
スクールメロン	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
コーヒー飲料	1個	12.50	
ショルダーベーコン（短冊）	9.00	9.00	豚肉
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
キャベツ（生）	23.53	20.00	
トマト（カット）	20.00	20.00	
じゃがいも（生）	22.22	20.00	
にんにく（生）	0.33	0.30	
白いんげん（レトルト）	9.00	9.00	
マカロニ（アルファベット・乾）	3.00	3.00	小麦
オリーブ油	1.00	1.00	
食塩	0.60	0.60	
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	140.00	140.00	
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	
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

<献立名> ごはん 牛乳 ワンタンスープ 油淋鶏 キャベツと油揚げの卵とじ フルーツ
杏仁プリン

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
生わんたん(冷凍)	17.00	17.00	小麦、大豆、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	
こまつな(生)	14.12	12.00	
清酒	1.20	1.20	
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	3.50	3.50	小麦、大豆
ごま油	0.35	0.35	ごま
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	0.20	0.20	
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	
キャベツ(生)	38.82	33.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
スクランブルエッグ(冷凍)	10.00	10.00	卵、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	1.70	1.70	小麦、大豆
なたね油	0.30	0.30	
フルーツ杏仁プリン(冷凍)	1個	40.00	大豆、りんご、もも

給食日誌

令和5年1月18日水曜日

<献立名> ケチャップライス 牛乳 コンソメスープ オムレツ 海藻サラダ 米粉のみかんタルト

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	
チキンライスの素	14.00	14.00	大豆、鶏肉
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
シヨルダーベーコン(短冊)	9.00	9.00	豚肉
にんじん(生)	22.68	22.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	12.00	12.00	大豆
オリーブ油	0.30	0.30	
食塩	0.70	0.70	
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
こいくちしょうゆ	1.70	1.70	小麦、大豆
パセリ(乾)	0.02	0.02	
水	175.00	175.00	
プレーンオムレツ(冷凍)	1個	50.00	卵、大豆
海藻ミックス	0.50	0.50	
にんじん(生)	5.15	5.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
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
米粉のみかんタルト(冷凍)	1個	35.00	大豆

<献立名> コーンラーメン 牛乳 春巻 オレンジ

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)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
なたね油	0.50	0.50	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	1.40	1.40	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
がらスープ(レトルト)	10.00	10.00	大豆、豚肉、鶏肉
水	170.00	170.00	
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	
オレンジ(生)	1/6個	19.30	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 西京みその甘みそ汁 鶏肉のすずめ焼き風 大根と厚揚げの炊いたん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
こまつな(生)	17.65	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
西京みそ	25.00	25.00	大豆
水	155.00	155.00	
鶏肉の照り焼き(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆、鶏肉
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	4.00	4.00	
清酒	4.00	4.00	
三温糖	3.20	3.20	
絹厚あげ(冷凍)	18.00	18.00	大豆
だいこん(生)	20.00	18.00	
みずな(生)	3.53	3.00	
昆布だし(顆粒)	0.20	0.20	
清酒	0.60	0.60	
みりん(本みりん)	0.56	0.56	
三温糖	0.20	0.20	
うすくちしょうゆ	0.44	0.44	小麦、大豆
食塩	0.20	0.20	
水	8.00	8.00	

<献立名> バターロール いちごジャム 牛乳 キャベツと肉団子のスープ 白身魚の香草フライ 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
バターロール	1個	70.00	乳、小麦、大豆
いちごジャム	1個	15.00	
牛乳	1個	206.00	乳
肉団子(冷凍)	35.00	35.00	大豆、鶏肉、豚肉
キャベツ(生)	41.18	35.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	大豆、鶏肉、豚肉
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
食塩	0.30	0.30	大豆、鶏肉、豚肉
コンソメのもと	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	小麦、大豆
水	150.00	150.00	
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	大豆
中濃ソース	5.00	5.00	
こまつな(生)	23.53	20.00	大豆
もやし(生)	15.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	大豆
イタリアンドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> ごはん ふりかけ 牛乳 きりたんぼ汁 根菜メンチカツ ミニトマト

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	
ふりかけ(コバトン)	1個	2.50	卵、乳、小麦、大豆、鶏肉、ごま
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
まいたけ(バラカット)	6.00	6.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
きりたんぼ(冷凍)	23.00	23.00	
なたね油	0.60	0.60	
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	5.50	5.50	小麦、大豆
水	165.00	165.00	
根菜メンチカツ(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	5.00	5.00	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

<献立名> カレーライス 牛乳 温野菜サラダ 型抜きチーズ

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	
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
カットわかめ	0.50	0.50	
キャベツ(生)	47.06	40.00	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
ごまドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、ごま
型抜きチーズ	1個	15.00	乳

<献立名> スパゲティポローニャソース 牛乳 黒糖揚げパン デコポン

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)	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
コッペパン (乳・卵抜き 袋なし)	1個	20.00	小麦、大豆
なたね油 (揚油)	2.00	2.00	
ざらめ糖 (グラニュー糖)	0.60	0.60	
黒とう	1.80	1.80	
不知火 (デコポン) (生)	1/6個	19.30	

<献立名> 豚ごぼうごはん 牛乳 すいとん 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
豚肉(もも・ひき)	18.00	18.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	11.11	10.00	
凍り豆腐	1.00	1.00	大豆
干しいたけ(スライス)	0.20	0.20	
えだまめ(冷凍)	2.00	2.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
だしのもと	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
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	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	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	150.00	150.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば

<献立名> クロワッサン 牛乳 ニョッキのクリームスープ クリスピーチキン 花野菜サラダ 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
クロワッサン	1個	70.00	卵、乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ショルダーベーコン (短冊)	6.00	6.00	豚肉
にんじん (生)	22.68	22.00	
たまねぎ (生)	28.72	27.00	
エリンギ (しなちくカット)	6.00	6.00	
ポテトニョッキ (冷凍)	11.00	11.00	小麦
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	1.10	1.10	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	
クリスピーチキン (冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
ブロッコリー (冷凍)	20.00	20.00	
カリフラワー (冷凍)	20.00	20.00	
サウザンアイランドドレッシング (ボトル)	6.00	6.00	
ブルーベリーゼリー (冷凍)	1個	50.00	

給食日誌

令和5年1月31日 火曜日

<献立名> ごはん 味付けのり 牛乳 ごまキムチみそ汁 あじの照り焼き かぶと鶏肉のしょうが煮

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	
味付けのり	1個	3.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(ロース・スライス)	17.00	17.00	豚肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
じゃがいも(生)	16.67	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
板こんにゃく	5.00	5.00	
豆腐(木綿)	15.00	15.00	大豆
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
清酒	1.20	1.20	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
みそ(白)	8.00	8.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
すりごま(白)	1.00	1.00	ごま
ねりごま	2.00	2.00	ごま
水	155.00	155.00	
あじの照り焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
鶏ももこま(皮なし)	11.00	11.00	鶏肉
かぶ(根、葉付き、生)	46.15	30.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.20	0.20	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.60	0.60	
水	6.00	6.00	