

自校調理小学校

献立実施校

本町小

飯塚小

安行小

元郷南小

根岸小

鳩ヶ谷小

桜町小

幸町小

新郷小

原町小

芝西小

慈林小

中居小

南鳩ヶ谷小

仲町小

神根小

前川小

芝富士小

差間小

辻小

上青木小

並木小

青木中央小

前川東小

戸塚南小

里小

令和5年

川口市学校給食献立日誌

2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> ごはん 牛乳 とりのレモン風味 もやしのソテー 肉わんたんスープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むね一口大(皮つき)	60.00	60.00	鶏肉
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
でん粉(じゃがいも)	8.00	8.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
上白糖	4.50	4.50	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	4.50	4.50	小麦、大豆
レモン汁(国産・冷凍)	2.20	2.20	
もやし(生)	25.00	25.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	
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(丸大豆)	0.10	0.10	小麦、大豆
生わんたん(冷凍)	18.00	18.00	小麦、大豆、豚肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
はくさい(生)	10.64	10.00	
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(丸大豆)	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> 豆ごはん 牛乳 いわしフライ けんちん汁

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	55.00	55.00	
もち米	10.00	10.00	
大豆(冷凍)	10.00	10.00	大豆
にんじん(生)	6.19	6.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.40	0.40	
だしのもと	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	4.00	4.00	小麦、大豆
水	85.00	85.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いわしフライ(冷凍)	1.8個	32.40	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
			【いわしフライ】 1～2年生 1個 3～6年生 2個
豆腐(木綿)	40.00	40.00	大豆
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	5.56	5.00	
ながねぎ(生)	20.00	12.00	
さといも(生)	17.65	15.00	
板こんにゃく	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	6.00	6.00	小麦、大豆
水	110.00	110.00	

<献立名> 山型食パン いちごジャム 牛乳 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
山型食パン (低)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
山型食パン (中)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
山型食パン (高)	1個	60.00	乳、小麦、大豆
いちごジャム	1個	15.00	
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
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 (丸大豆)	0.50	0.50	小麦、大豆
水	120.00	120.00	

<献立名> 炊き込みおこわ 牛乳 さつまい

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	55.00	55.00	
もち米	15.00	15.00	
豚肉(もも・せん切り)	15.00	15.00	豚肉
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
干しいたけ	0.80	0.80	
なたね油	1.50	1.50	
清酒	1.20	1.20	
食塩	0.40	0.40	
だしのもと	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	3.00	3.00	小麦、大豆
水	84.00	84.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
さつまいも(生)	20.41	20.00	
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	

<献立名> ちゃんぽんうどん 牛乳 大豆とじゃがいもの磯辺揚げ 玄米みたらしもち

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
豚肉 (もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
はくさい (生)	15.96	15.00	
もやし (生)	10.00	10.00	
にら (生)	3.16	3.00	
しょうが (生)	0.63	0.50	
干しいたけ	0.50	0.50	
むきえび (冷凍)	10.00	10.00	えび
なると (オキアミ・冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
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 (丸大豆)	5.00	5.00	小麦、大豆
でん粉 (じゃがいも)	2.00	2.00	
水	140.00	140.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
牛乳	1個	206.00	乳
大豆 (冷凍)	20.00	20.00	大豆
なたね油 (揚油)	2.00	2.00	
じゃがいも (生)	38.89	35.00	
なたね油 (揚油)	3.00	3.00	
あおさ (粉末)	0.10	0.10	
食塩	0.10	0.10	
玄米みたらしもち (冷凍)	1個	30.00	小麦、大豆

<献立名> ふわとろオムライス 牛乳 ニョッキの豆乳クリームスープ

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
ふわとろたまご (冷凍)	55.00	55.00	卵、乳、大豆、鶏肉、豚肉
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	80.00	80.00	大豆
水	40.00	40.00	
パセリ (葉・生)	0.33	0.30	

<献立名> ごはん 牛乳 プルコギ わかめスープ オレンジ(ネーブル)

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
牛肉(肩ロース・スライス)	40.00	40.00	牛肉
にんにく(生)	0.54	0.50	
上白糖	1.50	1.50	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	3.00	3.00	小麦、大豆
ごま油	0.50	0.50	ごま
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	40.00	40.00	
にら(生)	5.26	5.00	
青ピーマン(生)	5.88	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	2.00	2.00	小麦、大豆
コチュジャン	0.50	0.50	大豆
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
ごま・生(白)	1.00	1.00	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(丸大豆)	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
オレンジ(生)	1個	50.00	オレンジ

<献立名> 子供パン 牛乳 コーヒー飲料 ポテトのミートソースかけ 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
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	
じゃがいも (生)	88.89	80.00	
なたね油 (揚油)	8.00	8.00	
豚肉 (もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	20.62	20.00	
マッシュルーム (レトルト)	10.00	10.00	
しょうが (生)	0.63	0.50	
にんにく (生)	0.54	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
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
トマトケチャップ	7.00	7.00	
トマトピューレ	7.00	7.00	
ウスターソース	2.00	2.00	
水	12.00	12.00	
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 (丸大豆)	2.00	2.00	小麦、大豆

<献立名> わかめごはん 牛乳 ぶりの照り焼き きりたんぼ汁

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	60.00	
(中)	70.00	70.00	
(高)	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ぶりの照り焼き (冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
きりたんぼ (冷凍)	20.00	20.00	
鶏ももこま (皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
ごぼう (生)	5.56	5.00	
はくさい (生)	26.60	25.00	
ながねぎ (生)	16.67	10.00	
まいたけ (バラカット)	5.00	5.00	
なたね油	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 (丸大豆)	5.00	5.00	小麦、大豆
水	110.00	110.00	
せり (生)	2.14	1.50	

<献立名> スパゲティナポリタン 牛乳 ヒレかつ ガトーショコラ

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
とんかつ(冷凍)	1個	30.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	3.00	3.00	
米粉のガトーショコラ(冷凍)	1個	30.00	大豆

ゆでスパゲティは製品重量表記です。

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが なめこ汁 エコふりかけ

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)	30.00	30.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
じゃがいも(生)	88.89	80.00	
しらたき	15.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
上白糖	2.50	2.50	
だしのもと	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	5.50	5.50	小麦、大豆
水	16.00	16.00	
なめこ(冷凍)	15.00	15.00	
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
みそ(白)	11.00	11.00	大豆
かつお節(だし用)	3.00	3.00	
水	130.00	130.00	
かつお節(だし用・ふりかけ使用)	3.00	3.00	
上白糖	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	2.00	2.00	小麦、大豆
ごま・生(白)	1.00	1.00	ごま

<献立名> ごはん 牛乳 マーボーどうふ ポークしゅうまい

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	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
豆腐(木綿)	100.00	100.00	大豆
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	26.67	16.00	
にんにく(生)	0.54	0.50	
干ししいたけ	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
上白糖	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(丸大豆)	5.00	5.00	小麦、大豆
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
トウバンジャン	0.20	0.20	
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	20.00	20.00	
ラー油	0.10	0.10	大豆、ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
ポークしゅうまい(冷凍)	2.4個	43.20	小麦、豚肉 【ポークしゅうまい】 1～4年生 2個 5～6年生 3個

<献立名> 揚げパン(黒とう) 牛乳 えびのクリーム煮 オレンジ(清見オレンジ)

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)	5.00	5.00	
黒とう	4.50	4.50	
ざらめ糖(グラニュー糖)	1.50	1.50	
牛乳	1個	206.00	乳
むきえび(冷凍)	35.00	35.00	えび
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
シュルダーベーコン(短冊)	5.00	5.00	豚肉
たまねぎ(生)	42.55	40.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
じゃがいも(生)	44.44	40.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉
クッキングチーズ	3.00	3.00	乳
ホワイトルウ	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、豚肉
脱脂粉乳	3.00	3.00	乳
牛乳(調理用)	20.00	20.00	乳
水	50.00	50.00	
清見オレンジ(生)	1個	50.00	オレンジ

<献立名> ビーフカレー 牛乳 杏仁フルーツ

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	
牛肉(もも・こま)	25.00	25.00	牛肉
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
にんじん(生)	25.77	25.00	
じゃがいも(生)	38.89	35.00	
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	0.30	0.30	
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	
牛乳	1個	206.00	乳
杏仁豆腐(冷凍・調理用)	20.00	20.00	大豆
ミックスフルーツ	45.00	45.00	りんご、もも
ナタデココ	10.00	10.00	
カットゼリー(ぶどう・冷凍)	25.00	25.00	
上白糖	6.00	6.00	
水	30.00	30.00	

<献立名> タンタンメン 牛乳 肉まん

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)	25.00	25.00	豚肉
ながねぎ (生)	13.33	8.00	
たけのこ (レトルト)	8.00	8.00	
にんにく (生)	0.54	0.50	
しょうが (生)	0.63	0.50	
ごま油	1.00	1.00	ごま
食塩	0.50	0.50	
中華スープのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ (丸大豆)	0.80	0.80	小麦、大豆
みそ (白)	4.00	4.00	大豆
四川黒ソース (冷凍)	4.00	4.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
ねりごま	10.00	10.00	ごま
トウバンジャン	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
チンゲンサイ (生)	17.65	15.00	
ラー油	0.10	0.10	大豆、ごま
牛乳	1個	206.00	乳
肉まん (冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま

<献立名> まごわごはん 牛乳 厚焼き卵 豚汁 みかん

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	
大豆(冷凍)	8.00	8.00	大豆
ひじき	0.50	0.50	
にんじん(生)	4.12	4.00	
さつまいも(角切り)	8.00	8.00	
干しいたけ	0.80	0.80	
なたね油	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	4.00	4.00	
食塩	0.30	0.30	
だしのもと	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	4.00	4.00	小麦、大豆
水	80.00	80.00	
ちりめんじゃこ(冷凍)	1.50	1.50	
清酒	1.00	1.00	
ごま・生(白)	0.50	0.50	ごま
牛乳	1個	206.00	乳
厚焼きたまご(冷凍)	1個	30.00	卵、小麦、大豆、りんご
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ごぼう(生)	3.33	3.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
板こんにゃく	8.00	8.00	
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	
みかん(生)	1個	80.00	

<献立名> フラワーロール ホイップバター 牛乳 ポークビーンズ 野菜サラダ いちごのフレッシュゼリー

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	小麦、大豆
フラワーロール (高)	1個	60.00	小麦、大豆
ホイップバター	1個	7.00	乳
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉 (もも・こま)	25.00	25.00	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	
キャベツ (生)	47.06	40.00	
きゅうり (生)	20.41	20.00	
ホールコーン (冷凍)	20.00	20.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
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 (丸大豆)	2.00	2.00	小麦、大豆
いちごゼリー (冷凍)	1個	50.00	

<献立名> 豚キムチチャーハン 牛乳 たこナゲット トック

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(自)	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(丸大豆)	0.50	0.50	小麦、大豆
水	80.00	80.00	
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
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
たこナゲット(冷凍)	1.8個	36.00	小麦、大豆、いか、豚肉
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
			【たこナゲット】 1～2年生 1個 3～6年生 2個
トック	30.00	30.00	
鶏ももこま(皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
干ししいたけ	0.70	0.70	
食塩	0.50	0.50	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
水	130.00	130.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
糸みつば(生)	3.26	3.00	

<献立名> 親子うどん 牛乳 かじきとポテトのごまあえ 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 (皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
ながねぎ (生)	25.00	15.00	
食塩	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	6.00	6.00	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	
でん粉 (じゃがいも)	3.00	3.00	
水	130.00	130.00	
鶏卵. 全卵 (生)	23.53	20.00	卵
ほうれんそう (生)	16.67	15.00	
牛乳	1個	206.00	乳
かじき角切り (でん粉付き・冷凍)	35.00	35.00	
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
じゃがいも (生)	44.44	40.00	
なたね油 (揚油)	3.00	3.00	
上白糖	3.00	3.00	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	3.00	3.00	小麦、大豆
ごま・生 (白)	0.90	0.90	ごま
すりごま (白)	0.30	0.30	ごま
カットりんご	1個	32.00	りんご