

自校調理小学校

献立実施校

本町小	幸町小	仲町小	上青木小
飯塚小	新郷小	神根小	並木小
安行小	原町小	前川小	青木中央小
元郷南小	芝西小	芝富士小	前川東小
根岸小	慈林小	差間小	戸塚南小
鳩ヶ谷小	中居小	辻小	里小
桜町小	南鳩ヶ谷小		

令和5年

川口市学校給食献立日誌

3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> えびピラフ 牛乳 ミートボール マカロニのクリームスープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	60.00	60.00	
むきえび(冷凍)	30.00	30.00	えび
たまねぎ(生)	5.32	5.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
マッシュルーム(レトルト)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.70	0.70	
こしょう(白)	0.03	0.03	
コンソメのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(白)	1.00	1.00	
水	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ミートボール(ケチャップ味・冷凍)	1.4個	42.00	小麦、大豆、鶏肉 【ミートボール】 1～4年生 1個 5～6年生 2個
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	
マカロニ(ツイスト・乾)	7.00	7.00	小麦
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
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
ホワイトルウ	6.00	6.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	50.00	50.00	乳
水	70.00	70.00	

<献立名> ちらしずし 牛乳 すまし汁 三色ゼリー

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	
ごぼう (生)	6.67	6.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
干しいたけ	0.50	0.50	
凍り豆腐	3.00	3.00	大豆
上白糖	5.00	5.00	
清酒	1.00	1.00	
だしのもと	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	5.00	5.00	小麦、大豆
スクランブルエッグ (冷凍)	20.00	20.00	卵、大豆
さやえんどう (生)	2.20	2.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐 (木綿)	40.00	40.00	大豆
かまぼこ (梅型)	5.00	5.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
食塩	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	2.00	2.00	小麦、大豆
かつお節 (だし用)	1.50	1.50	
昆布 (だし用)	0.70	0.70	
水	140.00	140.00	
ほうれんそう (生)	11.11	10.00	
三色ゼリー (冷凍)	1個	50.00	大豆、りんご、もも

<献立名> ソフトフランスパン 牛乳 ビーフシチュー 野菜サラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトフランスパン (低)	1個	40.00	小麦、大豆
ソフトフランスパン (中)	1個	50.00	小麦、大豆
ソフトフランスパン (高)	1個	60.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
牛肉 (もも・角切)	40.00	40.00	牛肉
にんにく (生)	0.33	0.30	
なたね油	0.30	0.30	
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	20.62	20.00	
じゃがいも (生)	44.44	40.00	
なたね油	0.50	0.50	
上白糖	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
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 (丸大豆)	0.50	0.50	小麦、大豆
ぶどう酒 (赤)	5.00	5.00	
トマト缶詰 (ホール)	5.00	5.00	
トマトピューレ	13.00	13.00	
デミグラスソース	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
ウスターソース	3.00	3.00	
タイム (粉)	0.01	0.01	
クローブ	0.01	0.01	
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
水	70.00	70.00	
生クリーム	2.00	2.00	乳
キャベツ (生)	47.06	40.00	
ブロッコリー (生)	30.00	15.00	
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

<献立名> カレーライス 牛乳 菜の花のソテー ゆで卵

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)	20.00	20.00	豚肉
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
菜の花(冷凍)	20.00	20.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	0.50	0.50	小麦、大豆
鶏卵. 全卵(生)	1個	50.00	卵
食塩	0.50	0.50	

<献立名> ソース焼きうどん 牛乳 メンチかつ ヨーグルト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	88.00	88.00	小麦 地粉うどんは製品重量表記です。
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	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	
あおさ(粉末)	0.03	0.03	
かつお節(碎片)	1.00	1.00	
牛乳	1個	206.00	乳
メンチカツ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
メンチカツ(冷凍)	1個	70.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油(揚油)	7.00	7.00	
			【メンチかつ】 1～3年生 50g 4～6年生 70g
ヨーグルト	1個	80.00	乳
【アレルギー代替食】			
みかんゼリー(冷凍)	1個	50.00	

<献立名> ごはん 牛乳 さばの塩焼き 春野菜のみそ汁 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
さばの塩焼き(冷凍)	1個	50.00	さば
キャベツ(生)	41.18	35.00	
油揚げ	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
かつお節(だし用)	3.00	3.00	
昆布(だし用)	0.70	0.70	
水	130.00	130.00	
さやえんどう(生)	2.20	2.00	
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 豚キムチ炒め 春雨スープ

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
豚肉(ロース・スライス)	20.00	20.00	豚肉
豚肉(もも・スライス)	25.00	25.00	豚肉
もやし(生)	30.00	30.00	
キャベツ(生)	35.29	30.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
にら(生)	5.26	5.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
にんにく(生)	0.22	0.20	
キムチ(冷凍)	12.00	12.00	小麦、大豆、ごま、りんご、ゼラチン
なたね油	0.50	0.50	
清酒	2.00	2.00	
上白糖	0.60	0.60	
みそ(白)	6.00	6.00	大豆
ごま油	0.50	0.50	ごま
ごま・生(白)	0.50	0.50	ごま
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	
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(丸大豆)	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	
はるさめ	5.00	5.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	

<献立名> 揚げパン(キャラメル) 牛乳 ポトフ 不知火

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	
料理用キャラメル飲料(粉)	8.00	8.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・角切)	25.00	25.00	豚肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
じゃがいも(生)	55.56	50.00	
キャベツ(生)	35.29	30.00	
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.03	0.03	
ローリエ	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
水	80.00	80.00	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	15.00	15.00	豚肉
不知火(カット済・生)	1個	40.00	

<献立名> ごはん 牛乳 四川どうふ フルーツカクテル

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
豆腐(木綿)	100.00	100.00	大豆
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
清酒	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	1.00	1.00	小麦、大豆
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんじん(生)	20.62	20.00	
たけのこ(レトルト)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	26.67	16.00	
しょうが(生)	0.63	0.50	
にんにく(生)	0.33	0.30	
干しいたけ	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
上白糖	1.00	1.00	
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
こいくちしょうゆ(丸大豆)	4.00	4.00	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	30.00	30.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
ミックスフルーツ	40.00	40.00	りんご、もも
寒天 ダイスカット レトルト	8.00	8.00	
カットゼリー(はちみつレモン・冷凍)	8.00	8.00	
ナタデココ	10.00	10.00	
カットゼリー(ぶどう・冷凍)	15.00	15.00	
上白糖	6.00	6.00	
レモン汁(国産・冷凍)	1.00	1.00	
水	30.00	30.00	

<献立名> みそラーメン 牛乳 春巻 はるか

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	
もやし (生)	30.00	30.00	
ながねぎ (生)	13.33	8.00	
にんにく (生)	0.54	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
みそ (白)	17.00	17.00	大豆
みそ (赤)	2.00	2.00	大豆
水	130.00	130.00	
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
春巻 (冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
はるか (生)	1/6個	21.60	

<献立名> ぼうふうごはん 牛乳 ぶりの甘辛煮 かきたま汁

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	
水	80.00	80.00	
鶏ももこま(皮つき)	25.00	25.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	11.11	10.00	
ぼうふう(生)	3.61	3.50	
糸こんにゃく	10.00	10.00	
なたね油	1.00	1.00	
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	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	2.50	2.50	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ぶりの甘辛揚げ煮(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
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(丸大豆)	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)	11.11	10.00	

<献立名> 赤飯 牛乳 和風とり塩から揚げ けんちん汁

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
アルファ化赤飯(白)	70.00	70.00	
ごま塩	1個	1.00	ごま
牛乳	1個	206.00	乳
鶏もも一口大(皮なし)	55.00	55.00	鶏肉
食塩	0.20	0.20	
だしのもと	1.00	1.00	
清酒	1.50	1.50	
しょうが(生)	0.63	0.50	
でん粉(じゃがいも)	8.00	8.00	
なたね油(揚油)	7.00	7.00	
食塩	0.20	0.20	
上白糖	0.10	0.10	
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)	5.56	5.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
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> バターロール 牛乳 煮込みハンバーグ 野菜スープ お祝いクレープ

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プ (低)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
バターロールクレープ (中)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
バターロールクレープ (高)	1個	60.00	乳、小麦、大豆
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	
ショルダーベーコン (短冊)	5.00	5.00	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)	29.41	25.00	
ホールコーン (冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
チキンブイヨン (冷凍)	10.00	10.00	鶏肉
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	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	
米粉クレープ (いちご・冷凍)	1個	35.00	大豆