

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

4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> カレーライス 牛乳 温野菜サラダ さくらゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(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)	41.18	35.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
だいこん(生)	13.33	12.00	
ごまドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、ごま
さくらゼリー(冷凍)	1個	30.00	

<献立名> 五目ラーメン 牛乳 春巻 ブロッコリー もも

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)	23.00	23.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
がらスープ(レトルト)	15.00	15.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	1.00	1.00	
こしょう(白)	0.02	0.02	
でん粉(じゃがいも)	1.50	1.50	
水	150.00	150.00	
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	
ブロッコリー(冷凍)	40.00	40.00	
中華ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま、りんご
黄桃カット(冷凍)	1個	40.00	もも

<献立名> ごはん 牛乳 豆腐とかまぼこのすまし汁 白ごまつくね ふきのピリ辛炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	38.00	38.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
かまぼこ(冷凍)	8.00	8.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
ほうれんそう(生)	8.89	8.00	
食塩	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	2.20	2.20	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	180.00	180.00	
白ごまつくね(冷凍)	3個	60.00	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	
牛肉(もも・こま)	16.00	16.00	牛肉
ふき(水煮)	12.00	12.00	
れんこん(いちょう)	8.00	8.00	
にんじん(生)	6.19	6.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.60	1.60	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
清酒	0.80	0.80	
とうがらし	0.01	0.01	

<献立名> たけのこごはん 牛乳 新じゃがと豚肉のみそ汁 いかの竜田揚げ

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	
鶏ももこま(皮つき)	18.00	18.00	鶏肉
たけのこ(レトルト)	13.00	13.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
にんじん(生)	8.25	8.00	
さやえんどう(生)	5.49	5.00	
三温糖	1.60	1.60	
こいくちしょうゆ	3.20	3.20	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
水	4.00	4.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(ロース・スライス)	16.00	16.00	豚肉
じゃがいも(生)	44.44	40.00	
たまねぎ(生)	19.15	18.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
煮干し	5.00	5.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	160.00	160.00	
イカスティック(冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、いか
なたね油(揚油)	4.00	4.00	

<献立名> メロンパン 牛乳 キャベツと肉団子のスープ クリスピーチキン 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
スクールメロン	1個	50.00	乳、小麦、大豆
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)	43.53	37.00	
にんじん(生)	13.40	13.00	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
食塩	0.30	0.30	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
水	150.00	150.00	
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	
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	
イタリアンドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 四川豆腐 パオズ 海藻サラダ

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
豚肉(もも・こま)	16.00	16.00	豚肉
豆腐(木綿)	100.00	100.00	大豆
にんじん(生)	20.62	20.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
たけのこ(レトルト)	15.00	15.00	
しょうが(生)	0.63	0.50	
にんにく(生)	0.43	0.40	
干ししいたけ(スライス)	0.50	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	0.50	0.50	
中華スープのもと	1.10	1.10	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
四川黒ソース(冷凍)	2.20	2.20	小麦、大豆、鶏肉、ごま
トウバンジャン	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	8.50	8.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	2.80	2.80	
水	65.00	65.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
肉パオズ(冷凍)	2個	60.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
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	
香味塩ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま

<献立名> ごまみそうどん 牛乳 ジャがいものそばろあんかけ 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	200.00	200.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
鶏ももこま(皮つき)	18.00	18.00	鶏肉
にんじん(生)	16.49	16.00	
ながねぎ(生)	11.67	7.00	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
干しいたけ(スライス)	0.60	0.60	
油揚げ	7.00	7.00	大豆
ごま・いり(白)	3.00	3.00	ごま
すりごま(白)	3.00	3.00	ごま
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
みそ(白)	11.00	11.00	大豆
三温糖	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	3.10	3.10	
こいくちしょうゆ	5.20	5.20	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	165.00	165.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ジャがいも(生)	66.67	60.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
豚肉(もも・ひき)	8.00	8.00	豚肉
たまねぎ(生)	4.26	4.00	
グリーンピース(冷凍)	1.60	1.60	
なたね油	0.20	0.20	
しょうが(生)	0.25	0.20	
こいくちしょうゆ	1.60	1.60	小麦、大豆
三温糖	1.20	1.20	
みりん(本みりん)	0.40	0.40	
清酒	0.60	0.60	
でん粉(ジャがいも)	0.60	0.60	
だしのもと	0.10	0.10	
水	8.00	8.00	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

<献立名> ひじき飯 牛乳 のっぺ汁 さばごまみりん焼き かぼすゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
豚肉(もも・ひき)	6.00	6.00	豚肉
油揚げ	6.00	6.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
ひじき	1.40	1.40	
さつまあげ(冷凍)	12.00	12.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	3.00	3.00	
牛乳	1個	206.00	乳
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ごぼう(生)	11.11	10.00	
干ししいたけ(スライス)	0.50	0.50	
板こんにゃく	10.00	10.00	
さといも(いちょう)	18.00	18.00	
さやえんどう(生)	4.40	4.00	
食塩	0.90	0.90	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	3.30	3.30	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	1.10	1.10	
水	170.00	170.00	
さばごまみりん焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば、ごま
かぼすゼリー(冷凍)	1個	30.00	

<献立名> はちみつパン 牛乳 春野菜のクリームスープ 鶏肉のレモン風味 ごぼうサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
はちみつパン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ショルダーベーコン(短冊)	8.00	8.00	豚肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	27.66	26.00	
キャベツ(生)	40.00	34.00	
グリーンアスパラガス(生)	12.50	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.60	0.60	
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
ホワイトルウ	8.00	8.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	70.00	70.00	乳
水	80.00	80.00	
鶏もも(皮なし)	2個	50.00	鶏肉
食塩	0.20	0.20	
清酒	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
レモン汁	1.50	1.50	
ごぼう(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
えだまめ(冷凍)	8.00	8.00	大豆
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 トック入りスープ 豚キムチ炒め しゅうまい アセロラゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
えのきたけ(バラカット)	6.00	6.00	
トック	25.00	25.00	
カットわかめ	0.90	0.90	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
こしょう(白)	0.01	0.01	
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	2.00	2.00	小麦、大豆
水	170.00	170.00	
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	10.00	10.00	
豚肉(もも・こま)	38.00	38.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
キャベツ(生)	21.18	18.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にら(生)	5.26	5.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
しょうが(生)	0.13	0.10	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
みそ(赤)	5.00	5.00	大豆
三温糖	0.50	0.50	
清酒	1.50	1.50	
ごま・いり(白)	0.80	0.80	ごま
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
アセロラゼリー(冷凍)	1個	50.00	りんご

<献立名> わかめ麦ごはん 牛乳 新たまねぎのみそ汁 かれいの野菜あんかけ オレンジ

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	
炊き込みわかめ	3.00	3.00	
水	132.00	132.00	
牛乳	1個	206.00	乳
新たまねぎ(生)	31.91	30.00	
じゃがいも(生)	44.44	40.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
こまつな(生)	9.41	8.00	
煮干し	5.00	5.00	
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
水	155.00	155.00	
かれいの立田揚(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
にんじん(生)	3.09	3.00	
もやし(生)	5.00	5.00	
青ピーマン(生)	2.35	2.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	4.00	4.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
穀物酢	2.00	2.00	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	
オレンジ(生)	1/6個	19.00	オレンジ

給食日誌

<献立名> ごぼうにやミートソーススパゲティ 牛乳 コーンフライ 花野菜サラダ

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
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ごぼう(生)	8.89	8.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
エリンギ(しなちくカット)	8.00	8.00	
パセリ(乾)	0.02	0.02	
トマトピューレ	30.00	30.00	
トマトケチャップ	13.00	13.00	
コンソメのもと	2.10	2.10	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(赤)	1.20	1.20	
ウスターソース	1.50	1.50	
食塩	1.00	1.00	
三温糖	0.70	0.70	
こしょう(白)	0.03	0.03	
でん粉(じゃがいも)	3.50	3.50	
なたね油	0.50	0.50	
水	105.00	105.00	
牛乳	1個	206.00	乳
コーンフライ(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
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	

<献立名> 春の香りごはん 牛乳 呉汁 めばるの幽庵焼き

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	
鶏ももこま(皮つき)	23.00	23.00	鶏肉
菜の花(冷凍)	6.00	6.00	
たけのこ(レトルト)	5.00	5.00	
ふき(水煮)	4.00	4.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.60	0.60	
三温糖	2.50	2.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.20	1.20	
水	3.60	3.60	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(ロース・スライス)	8.00	8.00	豚肉
大豆(冷凍)	18.00	18.00	大豆
にんじん(生)	6.19	6.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
ごぼう(生)	7.78	7.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
煮干し	5.00	5.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	150.00	150.00	
めばる幽庵焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆