

自校調理中学校

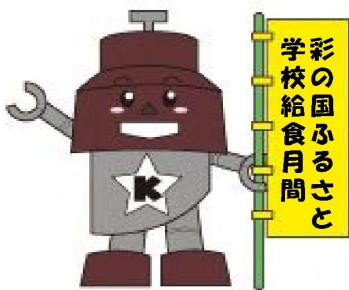
献立実施校

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

6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> たんたんめん 牛乳 ゼリーフライ 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
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・ひき)	25.00	25.00	豚肉
チンゲンサイ(生)	17.65	15.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
しょうが(生)	0.38	0.30	
ねりごま	10.00	10.00	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.00	1.00	
みそ(赤)	6.00	6.00	大豆
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
四川黒ソース(冷凍)	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
ラー油	0.10	0.10	大豆、ごま
中華スープのもと	1.50	1.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
トウバンジャン	0.30	0.30	
食塩	0.40	0.40	
こしょう(白)	0.03	0.03	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ゼリーフライ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
こまつな(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
キャベツ(生)	11.76	10.00	
韓国ナムルドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま

<献立名> ごはん 牛乳 まゆ玉汁 いなだのしょうが風味 さといものうま煮

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	
牛乳	1個	206.00	乳
白玉もち(冷凍)	30.00	30.00	
油揚げ	4.00	4.00	大豆
だいこん(生)	15.56	14.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	4.44	4.00	
こまつな(生)	10.59	9.00	
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)	2.20	2.20	大豆
水	165.00	165.00	
いなだのしょうが煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
鶏ももこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
さといも(いちょう)	27.00	27.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
いんげん(冷凍)	3.00	3.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.00	1.00	
清酒	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
だしのもと	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	3.00	3.00	

<献立名> フラワーロール 牛乳 コーヒー飲料 牛肉と野菜のトマトスープ いかフリッター
 ター ブロッコリーと根菜のサラダ

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	1個	70.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
コーヒー飲料	1個	12.50	
牛肉(肩ロース・スライス)	15.00	15.00	牛肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
キャベツ(生)	27.06	23.00	
トマト(カット)	23.00	23.00	
じゃがいも(生)	22.22	20.00	
にんにく(生)	0.38	0.35	
オリーブ油	1.20	1.20	
食塩	0.80	0.80	
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	
いかフリッター(冷凍)	3個	60.00	小麦、大豆、いか
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
ブロッコリー(冷凍)	15.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
サウザンアイランドドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> 鶏ごぼうごはん 牛乳 切り干し大根のみそ汁 和風きのこハンバーグ

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
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	3.50	3.50	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
切り干し大根	4.00	4.00	
にんじん(生)	17.53	17.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
煮干し	5.00	5.00	
みそ(白)	10.20	10.20	大豆
みそ(赤)	2.80	2.80	大豆
水	180.00	180.00	
ハンバーグ(冷凍)	1個	50.00	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	
ぶなしめじ(バラカット)	3.00	3.00	
三温糖	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	0.70	0.70	
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	3.00	3.00	

給食日誌

令和5年6月7日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 かみなり汁 白身魚の梅香ソース メロン 納豆

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
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
干しいたけ(スライス)	0.60	0.60	
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.43	0.43	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	7.00	7.00	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
ほき(でん粉付き・冷凍)	1個	60.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
梅びしお	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
水	2.00	2.00	
メロン(生)	1/16個	30.90	
納豆(冷凍)	1個	30.00	小麦、大豆

給食日誌

令和5年6月8日 木曜日

<献立名> おっきりこみ 牛乳 みそポテト ゆずゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん（平打ち）	210.00	210.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
鶏ももこま（皮つき）	15.00	15.00	鶏肉
油揚げ	7.00	7.00	大豆
にんじん（生）	8.25	8.00	
だいこん（生）	16.67	15.00	
はくさい（生）	15.96	15.00	
干しいたけ（スライス）	0.50	0.50	
ながねぎ（生）	8.33	5.00	
だしパック（厚削り）	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	14.00	14.00	小麦、大豆
食塩	0.50	0.50	
みりん（本みりん）	2.00	2.00	
清酒	1.50	1.50	
三温糖	0.70	0.70	
水	175.00	175.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも（生）	66.67	60.00	
小麦粉	3.00	3.00	小麦
なたね油（揚油）	6.00	6.00	
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	
ゆずゼリー（冷凍）	1個	40.00	

<献立名> ごはん 牛乳 とん汁 鶏の照り焼き 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	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(ロース・スライス)	20.00	20.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ごぼう(生)	5.56	5.00	
板こんにゃく	5.00	5.00	
なたね油	0.60	0.60	
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	155.00	155.00	
鶏肉の照り焼き(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆、鶏肉
れんこん(いちょう)	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.40	1.40	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	

<献立名> さきたまライスボール 牛乳 むさしのクリームスープ キャベツメンチ ミニトマト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ライスボール	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま (皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
さつまいも (角切り)	25.00	25.00	
にんじん (生)	23.71	23.00	
たまねぎ (生)	24.47	23.00	
ブロッコリー (冷凍)	10.00	10.00	
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
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	
キャベツメンチカツ (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	
ミニトマト (生)	2個	21.56	

<献立名> チキンカレーライス 牛乳 はるさめサラダ 乳酸菌飲料

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	
鶏ももこま(皮つき)	25.00	25.00	鶏肉
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)	0.63	0.50	
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	5.00	5.00	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
もやし(生)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
はるさめ	2.00	2.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
香味塩ドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
乳酸菌飲料	1個	65.00	乳

<献立名> ごはん 牛乳 彩の国汁 豚肉のねぎみそ炒め しゃくし菜ふりかけ 米粉のブルーベリークレープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
だいこん(生)	33.33	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
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
食塩	0.80	0.80	
水	160.00	160.00	
豚肉(ロース・スライス)	30.00	30.00	豚肉
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
三温糖	1.20	1.20	
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
刻みしゃくし菜	10.00	10.00	小麦、大豆
ちりめんじゃこ(冷凍)	3.00	3.00	
かつお節(碎片)	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
ごま・いり(白)	2.00	2.00	ごま
米粉クレープ(ブルーベリー・冷凍)	1個	35.00	大豆

<献立名> 五目ラーメン 牛乳 ひじきぎょうざ さくらんぼ

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)	30.00	30.00	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)	8.89	8.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
なると(オキアミ・冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
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	0.80	0.80	
こしょう(白)	0.02	0.02	
ごま油	0.50	0.50	ごま
でん粉(じゃがいも)	1.50	1.50	
水	140.00	140.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ひじきぎょうざ(冷凍)	3個	60.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
さくらんぼ(生)	2個	12.00	

<献立名> ごはん 牛乳 鶏肉と野菜の中華スープ 肉団子の甘酢あんかけ キャベツの中華炒め 洋なし

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(皮つき)	14.00	14.00	鶏肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
たけのこ(レトルト)	8.00	8.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
たまねぎ(生)	18.09	17.00	
えのきたけ(バラカット)	6.00	6.00	
カットわかめ	0.60	0.60	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
食塩	0.30	0.30	
中華スープのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	150.00	150.00	
肉団子(冷凍)	60.00	60.00	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
穀物酢	2.50	2.50	
でん粉(じゃがいも)	0.70	0.70	
ごま油	0.30	0.30	ごま
水	12.00	12.00	
キャベツ(生)	41.18	35.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
青ピーマン(生)	5.88	5.00	
なたね油	0.20	0.20	
中華スープのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	0.12	0.12	
こしょう(白)	0.01	0.01	
洋梨カット(冷凍)	1個	40.00	

<献立名> ごはん 牛乳 四川豆腐 パオズ わかめのサラダ

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)	20.00	20.00	豚肉
豆腐(木綿)	100.00	100.00	大豆
にんじん(生)	30.93	30.00	
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	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
四川黒ソース(冷凍)	2.00	2.00	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	8.00	8.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	2.20	2.20	
水	50.00	50.00	
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
カットわかめ	0.80	0.80	
にんじん(生)	8.25	8.00	
キャベツ(生)	29.41	25.00	
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> なすとトマトのミートソーススパゲティ 牛乳 花豆コロッケ ブロッコリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
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	
揚げなす(冷凍)	15.00	15.00	
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)	6.00	6.00	
エスパニョールソース	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご
トマト(カット)	35.00	35.00	
アップルソース	6.00	6.00	りんご
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(白)	2.00	2.00	
食塩	1.20	1.20	
こしょう(白)	0.02	0.02	
でん粉(じゃがいも)	1.40	1.40	
なたね油	0.80	0.80	
水	105.00	105.00	
牛乳	1個	206.00	乳
花豆コロッケ(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)	40.00	40.00	
ごまドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま

<献立名> 鉄骨ちらし 牛乳 鰹物汁 川口市産しょうが入りウインナー きゅぼらんゼリー（ピーチ）

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	
三温糖	5.50	5.50	
穀物酢	9.10	9.10	
食塩	1.30	1.30	
豚肉（もも・ひき）	10.00	10.00	豚肉
油揚げ	10.00	10.00	大豆
ひじき	1.50	1.50	
小えび（乾）	0.70	0.70	えび
にんじん（生）	10.31	10.00	
三温糖	1.40	1.40	
こいくちしょうゆ	2.40	2.40	小麦、大豆
だしのもと	0.25	0.25	
食塩	0.10	0.10	
なたね油	1.00	1.00	
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐（木綿）	38.00	38.00	大豆
たまねぎ（生）	24.47	23.00	
にんじん（生）	12.37	12.00	
ながねぎ（生）	8.33	5.00	
板こんにゃく	6.00	6.00	
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	150.00	150.00	
ごま油	1.00	1.00	ごま
川口ウインナー（しょうが）	2個	40.00	豚肉
ピーチゼリー（きゅぼらん柄・冷凍）	1個	30.00	もも

<献立名> バターロール いちごジャム 牛乳 ABCマカロニのスープ 大豆とひき肉のカレー煮 粉ふきいも

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
バターロールクレセント	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
マカロニ (アルファベット・乾)	8.00	8.00	小麦
ショルダーベーコン (短冊)	8.00	8.00	豚肉
にんじん (生)	11.34	11.00	
たまねぎ (生)	22.34	21.00	
キャベツ (生)	25.88	22.00	
ほうれんそう (生)	13.33	12.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.90	0.90	
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	165.00	165.00	
大豆 (冷凍)	25.00	25.00	大豆
豚肉 (もも・ひき)	15.00	15.00	豚肉
にんじん (生)	7.22	7.00	
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
なたね油	0.20	0.20	
食塩	0.07	0.07	
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
カレー粉	0.20	0.20	
トマトケチャップ	6.00	6.00	
でん粉 (じゃがいも)	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	
じゃがいも (生)	50.00	45.00	
パセリ (乾)	0.02	0.02	
食塩	0.15	0.15	
こしょう (白)	0.01	0.01	

<献立名> ごはん 牛乳 わんたんスープ さばのヤンニョムカンジャンかけ だいこんサラダ

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
生わんたん(冷凍)	20.00	20.00	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)	11.76	10.00	
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
水	180.00	180.00	
さば切り身(でんぷん付・冷凍)	1個	50.00	さば
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
にんにく(生)	0.33	0.30	
しょうが(生)	0.38	0.30	
ながねぎ(生)	4.17	2.50	
三温糖	2.80	2.80	
清酒	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ	3.20	3.20	小麦、大豆
とうがらし	0.02	0.02	
ごま・いり(白)	0.80	0.80	ごま
ごま油	0.40	0.40	ごま
水	1.50	1.50	
だいこん(生)	16.67	15.00	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
にんじん(生)	6.19	6.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
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

<献立名> キャロットピラフ 牛乳 じゃがいもとベーコンのクリーム煮 鶏肉のレモンソースがけ 温野菜サラダ 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	
キャロットピラフの素	30.00	30.00	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)	10.00	10.00	豚肉
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	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.50	0.50	
牛乳(調理用)	75.00	75.00	乳
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
水	70.00	70.00	
鶏もも(皮なし)	1個	50.00	鶏肉
でん粉(じゃがいも)	7.00	7.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
食塩	0.20	0.20	
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	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
こまつな(生)	5.88	5.00	
イタリアンドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	大豆
アセロラゼリー(冷凍)	1個	50.00	りんご

<献立名> きつねうどん 牛乳 氷下魚フライ 枝豆

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)	18.00	18.00	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	175.00	175.00	
牛乳	1個	206.00	乳
こまいフライ(冷凍)	1個	50.00	小麦
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
えだまめ(冷凍) さやつき	30.00	15.00	大豆
食塩	0.10	0.10	

<献立名> キムタクごはん 牛乳 ジャがいもとわかめのみそ汁 白ごまつくね

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・こま)	20.00	20.00	豚肉
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	15.00	15.00	
たくあん(せんぎり)	15.00	15.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	0.10	0.10	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ジャがいも(生)	33.33	30.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
カットわかめ	1.00	1.00	
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	170.00	170.00	
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(ジャがいも)	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	