

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

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」

自校調理小学校

6 月 分 献 立 の 栄 養 価

給食日	献立名	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	RE	VB1	VB2	VC	食物繊維	食塩	価格	価格(税込)
6 - 1	豚丼 牛乳 みそ汁 ライチゼリー	595	28.1	27.5	81.1	318	89	4.5	3.3	82	0.90	0.46	58	2.8	2.8	317.29	342.67
6 - 2	メロンパン 牛乳 ほきのバジル揚げ レタスとトマトのスープ	621	23.0	24.9	74.0	357	54	1.1	2.2	101	0.33	0.44	14	4.9	2.8	278.49	300.77
6 - 5	ちくわとごぼうのごまだれ丼 牛乳 なすのみそ汁	592	20.8	21.2	75.7	346	85	1.8	2.4	81	0.45	0.38	4	2.6	2.7	222.59	240.40
6 - 6	塩バターラーメン 牛乳 しゃくし菜まん 冷凍みかん	580	22.6	14.1	88.3	292	65	1.4	2.3	304	0.53	0.48	41	4.8	3.3	280.47	302.91
6 - 7	ごはん 牛乳 かつおの立田揚げ カミカミきんぴら 呉汁(枝豆)	619	32.2	19.4	75.1	481	91	2.2	2.6	214	0.48	0.48	9	3.7	2.3	341.61	368.94
6 - 8	鉄骨いなりちらし 牛乳 すまし汁	546	24.4	17.6	69.7	385	101	2.4	2.8	260	0.45	0.44	7	2.6	3.4	253.02	273.26
6 - 9	バターコッペ スライス 牛乳 フランクフルトソーセージ ラタトゥイユ 野菜スープ	589	22.7	30.2	53.7	286	61	1.4	2.6	232	0.45	0.52	22	4.0	3.5	272.01	293.77
6 - 12	ごはん 牛乳 ねぎ塩ダレから揚げ トック	640	27.0	21.5	80.7	257	62	1.2	3.0	157	0.58	0.49	13	1.6	1.7	295.58	319.23
6 - 13	五目ラーメン 牛乳 にんじんしゅうまい すいか	584	22.7	17.0	81.9	273	68	1.3	2.1	268	0.40	0.45	20	4.1	3.4	270.93	292.61
6 - 14	ごはん 牛乳 あじのなんばんづけ 豚汁	557	26.4	17.2	70.6	288	77	1.3	2.5	179	0.62	0.47	8	2.1	2.1	223.70	241.60
6 - 15	えびピラフ 牛乳 チキンナゲット ミネストローネ パインアップル	600	23.1	18.2	78.2	274	65	1.3	2.4	239	0.50	0.43	34	4.1	2.8	295.73	319.39
6 - 16	米粉入り食パン ブルーベリージャム 牛乳 ハンバーグステーキ ヌードルスープ	582	22.8	22.5	60.4	278	53	3.7	2.4	183	0.30	0.42	17	3.1	3.3	234.65	253.42
6 - 19	カレーライス 牛乳 いんげんのソテー	608	24.6	15.4	85.1	389	73	1.9	3.3	326	0.83	0.50	19	6.3	1.9	277.90	300.13
6 - 20	ソース焼きうどん 牛乳 深谷ねぎぎょうざ ゆずゼリー	579	22.6	24.7	65.3	280	63	1.5	2.2	168	0.52	0.47	24	3.8	2.0	269.40	290.95
6 - 21	たこめし 牛乳 ゼリーフライ とうがんのみそ汁	623	25.0	19.2	83.8	316	96	1.2	2.7	231	0.42	0.41	17	4.0	3.5	346.93	374.68
6 - 22	ごはん 牛乳 マーボーどうふ フルーツカクテル	585	20.9	13.5	92.0	431	110	1.7	2.7	188	0.71	0.45	6	3.0	1.6	259.95	280.75
6 - 23	揚げパン(グラニュー糖) 牛乳 豆乳クリームスープ 冷凍みかん	578	19.6	24.4	70.3	270	53	1.6	1.5	249	0.37	0.43	30	3.0	2.0	209.62	226.39
6 - 26	梅あじごはん 牛乳 白ごまつくね 大豆のふわふわ汁	583	21.0	21.3	73.7	408	75	2.4	2.3	585	0.47	0.46	8	3.7	3.3	198.66	214.55
6 - 27	わかめうどん 牛乳 みそポテト メロン	611	19.6	19.0	90.6	275	60	1.1	1.4	101	0.26	0.41	33	9.5	1.9	282.46	305.06
6 - 28	ごはん 牛乳 スタミナ焼き肉 モロヘイヤスープ えだまめ	572	26.9	19.8	67.4	299	73	1.5	3.0	309	0.94	0.50	19	3.3	2.4	248.80	268.70
6 - 29	ごはん 牛乳 メンチかつ 鑄物汁 ミニトマト	615	21.1	23.9	77.8	391	78	4.0	2.6	168	0.58	0.43	19	3.0	2.4	243.96	263.48
6 - 30	チーズパン 牛乳 チリコンカン 切り干し大根のサラダ	627	34.5	23.3	68.6	403	101	2.2	3.5	301	0.63	0.55	20	7.5	3.0	275.27	297.29
	合 計	13086	531.6	455.8	1664.0	7297	1653	42.7	55.8	4926	11.72	10.07	442	87.5	58.1	5899.02	6370.95
	平 均	595	24.2	20.7	75.6	332	75	1.9	2.5	224	0.53	0.46	20	4.0	2.6	268.14	289.59
	(動物性)			(12.3)	(14.1)												
	平均所要栄養量の基準	650	26.8	18.1		350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0		
	充 足 率 (%)	92	90	114		95	150	63	125	112	133	115	80	89	130		
	PFCバランス (%)	100	16	31	53												

※栄養価、正味重量は、中学年(3、4年生)の栄養価、量です。

<献立名> 豚丼 牛乳 みそ汁 ライチゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 50.00 (中) 60.00 (高) 70.00	50.00 60.00 70.00	
豚肉(もも・こま)	50.00	50.00	豚肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
しょうが(生)	2.50	2.00	
糸こんにゃく	40.00	40.00	
なたね油	1.00	1.00	
上白糖	5.00	5.00	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	7.00	7.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	40.00	40.00	大豆
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
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	
煮干し(だし用)	3.00	3.00	
清酒	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	
油揚げ	3.00	3.00	大豆
ライチゼリー(冷凍)	1個	50.00	

<献立名> メロンパン 牛乳 ほきのバジル揚げ レタスとトマトのスープ

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 (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
スクールメロン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
スクールメロン (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
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	
ショルダーベーコン (短冊)	15.00	15.00	豚肉
たまねぎ (生)	26.60	25.00	
じゃがいも (生)	27.78	25.00	
トマト (生)	15.46	15.00	
レタス (生)	20.41	20.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.70	0.70	
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
水	130.00	130.00	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	0.50	0.50	小麦、大豆

<献立名> ちくわとごぼうのごまだれ丼 牛乳 なすのみそ汁

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 50.00 (中) 60.00 (高) 70.00	50.00 60.00 70.00	
焼きちくわ(冷凍)	25.00	25.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	3.00	3.00	
なたね油(揚油)	3.00	3.00	
ごぼう(生)	22.22	20.00	
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
なたね油(揚油)	2.00	2.00	
三温糖	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	3.00	3.00	
清酒	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	3.30	3.30	
水	0.50	0.50	
しょうが(生)	0.13	0.10	
ごま・生(白)	3.00	3.00	ごま
牛乳	1個	206.00	乳
なす(生)	11.11	10.00	
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
みそ(白)	13.00	13.00	大豆
かつお節(だし用)	3.00	3.00	
煮干し(だし用)	3.00	3.00	
清酒	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	

<献立名> 塩バターラーメン 牛乳 しゃくし菜まん 冷凍みかん

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・こま)	20.00	20.00	豚肉
にんじん (生)	20.62	20.00	
もやし (生)	20.00	20.00	
キャベツ (生)	23.53	20.00	
ながねぎ (生)	8.33	5.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	1.80	1.80	
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)	0.10	0.10	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
有塩バター	2.00	2.00	乳
牛乳	1個	206.00	乳
しゃくし菜まん (冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、豚肉
冷凍みかん	1個	70.00	

<献立名> ごはん 牛乳 かつおの立田揚げ カミカミきんぴら 呉汁(枝豆)

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 50.00 (中) 60.00 (高) 70.00	50.00 60.00 70.00	
牛乳	1個	206.00	乳
かつおの立田揚げ(冷凍)	50.00	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
するめ(ほそ切り)	2.00	2.00	いか
ごぼう(せん切り)	15.00	15.00	
にんじん(せん切り)	8.00	8.00	
たけのこ(レトルト)	10.00	10.00	
さつまあげ(冷凍)	12.00	12.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	3.00	3.00	小麦、大豆
水	6.00	6.00	
とうがらし	0.01	0.01	
ごま油	0.50	0.50	ごま
鶏ももこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
えだまめ(冷凍)	12.00	12.00	大豆
油揚げ	3.00	3.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
板こんにゃく	15.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
みそ(白)	6.00	6.00	大豆
みそ(赤)	5.00	5.00	大豆
煮干し(だし用)	3.00	3.00	
清酒	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	

<献立名> 鉄骨いなりちらし 牛乳 すまし汁

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
酢めし	(低) 50.00 (中) 60.00 (高) 70.00	50.00 60.00 70.00	
鶏ももこま (皮なし)	20.00	20.00	鶏肉
にんじん (生)	15.46	15.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
ひじき	0.50	0.50	
三温糖	5.00	5.00	
清酒	1.00	1.00	
だしのもと	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	5.00	5.00	小麦、大豆
桜えび (乾)	0.50	0.50	えび
ごま・生 (白)	2.00	2.00	ごま
さやいんげん (生)	3.09	3.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐 (木綿)	40.00	40.00	大豆
かまぼこ (冷凍)	15.00	15.00	
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 (冷凍)	15.00	15.00	

<献立名> バターコッペ スライス 牛乳 フランクフルトソーセージ ラタトゥイユ 野菜スープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
バターロール (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
バターロール (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
バターロール (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
フランクフルトソーセージ	1個	50.00	豚肉
たまねぎ (生)	10.64	10.00	
にんじん (生)	8.25	8.00	
なす (生)	22.22	20.00	
ズッキーニ (生)	10.42	10.00	
トマト (生)	10.31	10.00	
さやいんげん (生)	3.09	3.00	
マッシュルーム (レトルト)	5.00	5.00	
にんにく (生)	0.33	0.30	
なたね油	0.30	0.30	
オリーブ油	0.30	0.30	
食塩	0.20	0.20	
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
ぶどう酒 (白)	1.50	1.50	
トマトピューレ	3.00	3.00	
トマトケチャップ	3.00	3.00	
水	6.00	6.00	
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	
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	

<献立名> ごはん 牛乳 ねぎ塩ダレから揚げ 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	(低) 50.00 (中) 60.00 (高) 70.00	50.00 60.00 70.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏もも一口大(皮なし)	60.00	60.00	鶏肉
しょうが(生)	0.63	0.50	
清酒	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	6.00	6.00	
なたね油(揚油)	7.00	7.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
にんにく(生)	0.11	0.10	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
中華スープのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
ごま油	1.50	1.50	ごま
レモン汁(国産・冷凍)	0.50	0.50	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	8.00	8.00	
トック	30.00	30.00	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
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> 五目ラーメン 牛乳 にんじんしゅうまい すいか

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・こま)	10.00	10.00	豚肉
豚肉 (ばら・こま)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
キャベツ (生)	17.65	15.00	
しょうが (生)	0.63	0.50	
干ししいたけ	0.50	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	1.00	1.00	
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)	6.00	6.00	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
ほうれんそう (冷凍)	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
にんじんしゅうまい (冷凍)	2.6個	46.80	小麦、大豆、豚肉 【にんじんしゅうまい】 1～3年生 2個 4～6年生 3個
すいか (生)	1/48個	75.00	

<献立名> ごはん 牛乳 あじのなんばんづけ 豚汁

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 50.00 (中) 60.00 (高) 70.00	50.00 60.00 70.00	
牛乳	1個	206.00	乳
あじフィレ(でん粉付き・冷凍)	1個	40.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
たまねぎ(生)	6.38	6.00	
にんじん(生)	3.09	3.00	
青ピーマン(生)	3.53	3.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
上白糖	1.20	1.20	
みりん(本みりん)	1.20	1.20	
穀物酢	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	1.80	1.80	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	
水	1.80	1.80	
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
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)	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> えびピラフ 牛乳 チキンナゲット ミネストローネ パインアップル

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	えび	
むきえび(冷凍)	25.00	25.00		
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		
オリーブ油	1.00	1.00		
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
チキンナゲット(冷凍) 乳・卵抜き	1.6個	32.00		小麦、大豆、鶏肉
なたね油(揚油)	4.00	4.00		【チキンナゲット】 1～3年生 1個 4～6年生 2個
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		小麦 乳
にんじん(生)	10.31	10.00		
じゃがいも(生)	22.22	20.00		
セロリー(生)	4.62	3.00		
トマト(生)	15.46	15.00		
にんにく(生)	0.22	0.20		
マカロニ(アルファベット・乾)	7.00	7.00		
有塩バター	1.00	1.00		
上白糖	0.20	0.20		
食塩	0.90	0.90		
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	
ぶどう酒(白)	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉	
水	135.00	135.00		
パインアップルカット(冷凍)	1個	30.00		

<献立名> 米粉入り食パン ブルーベリージャム 牛乳 ハンバーグステーキ ノードルスープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
米粉入り食パン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
米粉入り食パン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
米粉入り食パン (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
ブルーベリージャム	1個	15.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ハンバーグ (冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
たまねぎ (生)	10.64	10.00	
たまねぎ (スライス・冷凍)	5.00	5.00	大豆
にんにく (生)	0.22	0.20	
なたね油	0.40	0.40	
上白糖	0.40	0.40	
ぶどう酒 (赤)	2.50	2.50	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	2.90	2.90	小麦、大豆
水	1.10	1.10	
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	
もやし (生)	15.00	15.00	
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	
米粉めん	10.00	10.00	
小松菜 (冷凍)	8.00	8.00	

<献立名> カレーライス 牛乳 いんげんのソテー

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)	25.00	25.00	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
プレスハム(短冊)	10.00	10.00	豚肉
さやいんげん(生)	36.08	35.00	
なたね油	0.30	0.30	
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)	0.10	0.10	小麦、大豆
にんじん(生)	5.15	5.00	

<献立名> ソース焼きうどん 牛乳 深谷ねぎぎょうざ 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	83.00	83.00	小麦 地粉うどんは製品重量表記です。
豚肉(もも・こま)	30.00	30.00	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)	25.00	25.00	
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	
あおのり	0.03	0.03	
かつお節(碎片)	1.00	1.00	
牛乳	1個	206.00	乳
深谷ねぎぎょうざ(冷凍)	2.6個	52.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
			【深谷ねぎぎょうざ】 1～3年生 2個 4～6年生 3個
ゆずゼリー(冷凍)	1個	40.00	

<献立名> たこめし 牛乳 ゼリーフライ とうがんのみそ汁

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	
もち米	5.00	5.00	
たこぶつ切り(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	5.56	5.00	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
食塩	0.70	0.70	
だしのもと	1.00	1.00	
うすくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	85.00	85.00	
さやえんどう(生)	1.10	1.00	
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	
とうがん(生)	28.57	20.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	7.22	7.00	
さやいんげん(生)	5.15	5.00	
油揚げ	7.00	7.00	大豆
みそ(白)	6.00	6.00	大豆
みそ(赤)	6.00	6.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	

<献立名> ごはん 牛乳 マーボーどうふ 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) 50.00 (中) 60.00 (高) 70.00	50.00 60.00 70.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
豆腐(冷凍)	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
ミックスフルーツ	45.00	45.00	りんご、もも
寒天 ダイスカット レトルト	15.00	15.00	
ナタデココ	10.00	10.00	
カットゼリー(ぶどう・冷凍)	10.00	10.00	
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> 揚げパン(グラニュー糖) 牛乳 豆乳クリームスープ 冷凍みかん

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	
ざらめ糖(グラニュー糖)	6.00	6.00	
牛乳	1個	206.00	乳
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	60.00	60.00	大豆
水	60.00	60.00	
パセリ(葉・生)	0.33	0.30	
冷凍みかん	1個	70.00	

<献立名> 梅あじごはん 牛乳 白ごまつくね 大豆のふわふわ汁

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	
米粒麦	5.00	5.00	
みりん(本みりん)	0.80	0.80	
食塩	0.15	0.15	
だしのもと	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	1.50	1.50	小麦、大豆
水	80.00	80.00	
ちりめんじゃこ(冷凍)	3.00	3.00	
清酒	2.00	2.00	
刻み梅	1.50	1.50	
炊き込みわかめ	0.70	0.70	
ごま・生(白)	2.00	2.00	ごま
牛乳	1個	206.00	乳
白ごまつくね(冷凍)	1.8個	36.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
			【白ごまつくね】 1～2年生 1個 3～6年生 2個
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	145.00	145.00	
大豆フレーク	5.00	5.00	大豆
ほうれんそう(冷凍)	8.00	8.00	

<献立名> わかめうどん 牛乳 みそポテト メロン

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 (皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
ながねぎ (生)	13.33	8.00	
なると (オキアミ・冷凍)	5.00	5.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
干しいたけ	0.50	0.50	
みりん (本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	2.00	2.00	小麦、大豆
うすくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
かつお節 (だし用)	3.00	3.00	
昆布 (だし用)	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
小松菜 (冷凍)	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも (生)	77.78	70.00	
小麦粉	7.00	7.00	小麦
水	7.00	7.00	
なたね油 (揚油)	9.00	9.00	
みそ (赤)	3.00	3.00	大豆
三温糖	4.00	4.00	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	0.50	0.50	小麦、大豆
水	3.00	3.00	
メロン (生)	1/16個	30.90	

給食日誌

<献立名> ごはん 牛乳 スタミナ焼き肉 モロヘイヤスープ えだまめ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 50.00 (中) 60.00 (高) 70.00	50.00 60.00 70.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(ロース・スライス)	30.00	30.00	豚肉
豚肉(もも・スライス)	30.00	30.00	豚肉
にんじん(生)	5.15	5.00	
ながねぎ(生)	20.00	12.00	
にら(生)	10.53	10.00	
しょうが(生)	1.25	1.00	
にんにく(生)	0.33	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
上白糖	1.00	1.00	
清酒	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	1.50	1.50	小麦、大豆
みそ(白)	5.00	5.00	大豆
とうがらし	0.02	0.02	
水	2.00	2.00	
ごま・生(白)	1.00	1.00	ごま
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
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	
ごま油	0.50	0.50	ごま
モロヘイヤ(生)	10.00	10.00	
えだまめ(冷凍) さやつき	30.00	15.00	大豆
食塩	0.15	0.15	

<献立名> ごはん 牛乳 メンチかつ 鰹物汁 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	(低) 50.00 (中) 60.00 (高) 70.00	50.00 60.00 70.00	
牛乳	1個	206.00	乳
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	
豆腐(木綿)	40.00	40.00	大豆
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
板こんにゃく	15.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	130.00	130.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
ミニトマト(生)	1.8個	20.00	【ミニトマト】 1~2年生 1個 3~6年生 2個

<献立名> チーズパン 牛乳 チリコンカン 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
チーズパン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
チーズパン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
チーズパン (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉 (もも・こま)	35.00	35.00	豚肉
大豆 (冷凍)	25.00	25.00	大豆
にんじん (生)	20.62	20.00	
たまねぎ (生)	37.23	35.00	
しょうが (生)	0.38	0.30	
にんにく (生)	0.33	0.30	
なたね油	0.70	0.70	
食塩	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.04	0.04	
トマトケチャップ	10.00	10.00	
トマトピューレ	12.00	12.00	
ウスターソース	2.00	2.00	
中濃ソース	2.00	2.00	
チリパウダー	0.06	0.06	
ぶどう酒 (白)	1.30	1.30	
水	20.00	20.00	
川口ウィンナー (ほうれんそう) (輪切)	10.00	10.00	豚肉
白いんげん (レトルト)	10.00	10.00	
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)	5.15	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