

センター調理小学校 (元郷学校給食センターB献立)

献立実施校

芝南小
芝小

青木北小
芝中央小

戸塚東小

芝樋ノ爪小

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」

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月1日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 まゆ玉汁 いわしの梅しょうゆ煮 ごぼうサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
まゆ玉だんご(冷凍)	30.00	30.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
いわし梅醤油煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
ごぼう(ささがき)	13.00	13.00	
にんじん(生)	13.40	13.00	
きゅうり(生)	7.14	7.00	
プレスハム(短冊)	4.00	4.00	豚肉
三温糖	0.40	0.40	
こいくちしょうゆ	1.80	1.80	小麦、大豆
穀物酢	1.30	1.30	
すりごま(白)	0.60	0.60	ごま
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	5.00	5.00	大豆

<献立名> おっきりこみ 牛乳 みそポテト 煮浸し

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) (低)	1個	60.00	小麦
地粉うどん(平打ち) (中)	1個	70.00	小麦
地粉うどん(平打ち) (高)	1個	80.00	小麦
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	11.00	11.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.50	0.50	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも(乱切り)	50.00	50.00	
小麦粉	2.20	2.20	小麦
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
みそ(白)	4.00	4.00	大豆
三温糖	3.00	3.00	
清酒	0.60	0.60	
みりん(本みりん)	0.60	0.60	
水	2.00	2.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	18.00	18.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
かつお節(碎片)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 とんかつ 切り干し大根の煮物

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
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
なたね油	1.00	1.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	8.00	8.00	小麦、大豆
食塩	0.20	0.20	
水	140.00	140.00	
ひれかつ(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
切り干し大根	5.00	5.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	4.00	4.00	
糸こんにゃく	8.00	8.00	
えだまめ(冷凍)	3.00	3.00	大豆
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	3.60	3.60	小麦、大豆
水	7.00	7.00	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月6日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 みそ汁 いかのサラサ揚げ 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	(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)	30.00	30.00	大豆
だいこん(生)	13.33	12.00	
たまねぎ(生)	12.77	12.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
いか(切り身・冷凍)	1個	50.00	いか
三温糖	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	8.00	8.00	
カレー粉	0.50	0.50	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
れんこん水煮(いちょう切り)	20.00	20.00	
にんじん(せん切り)	13.00	13.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月7日水曜日

<献立名> バターロール 牛乳 オニオンスープ ハンバーグデミグラスソース ジャーマンポテト

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 (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
バターロールクレセント (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
バターロールクレセント (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	25.77	25.00	
ウィンナーソーセージFe入り (輪切)	12.00	12.00	豚肉
たまねぎ (スライス・冷凍)	15.00	15.00	
オリーブ油	0.35	0.35	
こいくちしょうゆ	1.70	1.70	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
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
パセリ (乾)	0.02	0.02	
水	140.00	140.00	
ハンバーグ (冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	0.10	0.10	
たまねぎ (生)	8.51	8.00	
エリンギ (冷凍)	5.00	5.00	
デミグラスソース	7.00	7.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	5.00	5.00	
なたね油	0.20	0.20	
水	3.00	3.00	
じゃがいも (生)	38.89	35.00	
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
ショルダーベーコン (短冊)	6.00	6.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月8日 木曜日

<献立名> こぎつね寿司 牛乳 せんべい汁 さけのマヨネーズ焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
酢めし	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
油揚げ(カット・冷凍)	12.00	12.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	12.00	12.00	豚肉
にんじん(生)	18.56	18.00	
さやえんどう(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.20	1.20	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.80	0.80	
せんべい(砕き)	5.00	5.00	小麦
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.40	0.40	
水	140.00	140.00	
さけ切り身(冷凍)	1個	40.00	さけ
みそ(白)	2.40	2.40	大豆
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	8.00	8.00	大豆
穀物酢	1.30	1.30	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月9日 金曜日

<献立名> 長崎ちゃんぽん 牛乳 しゃくし菜ぎょうざ メロン

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)	15.00	15.00	豚肉
キャベツ (生)	23.53	20.00	
もやし (生)	15.00	15.00	
ながねぎ (生)	8.33	5.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
しょうが (生)	0.63	0.50	
にんにく (生)	0.54	0.50	
かまぼこ (冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
豚骨ラーメンスープ (レトルト)	9.50	9.50	小麦、大豆、豚肉、ごま
食塩	0.10	0.10	
でん粉 (じゃがいも)	1.00	1.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	140.00	140.00	
牛乳	1個	206.00	乳
しゃくし菜ぎょうざ (冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
メロン (生)	1/16個	30.94	

<献立名> かんぴょう入り五目ごはん 牛乳 巻狩汁 黒から揚げ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考	
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00		
かんぴょう(乾)	3.00	3.00	大豆	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00		
干しいたけ(スライス)	0.80	0.80		
にんじん(生)	12.37	12.00		
さやえんどう(冷凍)	3.00	3.00		
たけのこ(レトルト)	10.00	10.00		
だしのもと	0.20	0.20		
三温糖	2.00	2.00		
みりん(本みりん)	2.00	2.00		
こいくちしょうゆ	2.00	2.00		小麦、大豆
食塩	0.10	0.10		
水	10.00	10.00		
牛乳	1個	206.00	乳	
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉	
さといも(いちょう)	20.00	20.00		
ぶなしめじ(バラカット)	10.00	10.00		
にんじん(生)	8.25	8.00		
だいこん(生)	11.11	10.00		
ごぼう(半月)	5.00	5.00		
ながねぎ(生)	10.00	6.00		
板こんにゃく	8.00	8.00		
みそ(白)	12.00	12.00	大豆	
だしのもと	1.00	1.00		
水	140.00	140.00		
鶏もも(皮つき)	1個	50.00	鶏肉	
しょうが(生)	0.50	0.40		
にんにく(生)	0.43	0.40		
こしょう(白)	0.01	0.01		
ウスターソース	6.00	6.00		
でん粉(じゃがいも)	8.00	8.00		
なたね油(揚油)	5.00	5.00		

<献立名> ごはん 牛乳 トック入りスープ 豚キムチ炒め 型抜きいちごレアチーズ

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
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
トック	30.00	30.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
えのきたけ(バラカット)	4.00	4.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	6.67	4.00	
チキンスープ	2.00	2.00	小麦、大豆、鶏肉
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
豚肉(もも・こま)	35.00	35.00	豚肉
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
キャベツ(生)	41.18	35.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にら(生)	5.26	5.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
にんにく(生)	0.22	0.20	
みそ(赤)	5.50	5.50	大豆
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
三温糖	0.55	0.55	
清酒	1.60	1.60	
ごま油	0.60	0.60	ごま
型抜きレアチーズ(いちご)	1個	15.00	乳

<献立名> 黒パン 牛乳 野菜スープ ウィンナーの香味揚げ チリコンカン

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
黒パン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
黒パン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
黒パン (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま (皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
キャベツ (生)	23.53	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
じゃがいも (生)	33.33	30.00	
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	2.00	2.00	小麦、大豆
こしょう (白)	0.01	0.01	
食塩	0.80	0.80	
水	140.00	140.00	
ウィンナーソーセージFe入り	2個	30.00	豚肉
小麦粉	2.50	2.50	小麦
ごま・いり (黒)	0.20	0.20	ごま
カレー粉	0.05	0.05	
水	2.50	2.50	
なたね油 (揚油)	3.00	3.00	
大豆 (冷凍)	6.00	6.00	大豆
ひよこ豆	6.00	6.00	
たまねぎ (生)	12.77	12.00	
にんじん (生)	12.37	12.00	
豚肉 (もも・ひき)	15.00	15.00	豚肉
にんにく (生)	0.22	0.20	
しょうが (生)	0.25	0.20	
オリーブ油	1.00	1.00	
トマトピューレ	12.00	12.00	
トマトケチャップ	6.00	6.00	
ウスターソース	1.00	1.00	
チリパウダー	0.08	0.08	
三温糖	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	0.30	0.30	小麦、大豆
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが さわらの西京焼き 小松菜のごま和え

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)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(生)	83.33	75.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
しらたき	25.00	25.00	
三温糖	4.50	4.50	
こいくちしょうゆ	12.00	12.00	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
水	50.00	50.00	
さわら西京焼き(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、オレンジ
なたね油	0.10	0.10	
こまつな(生)	32.94	28.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
三温糖	1.20	1.20	
水	2.00	2.00	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月16日 金曜日

<献立名> むさしのうどん 牛乳 狭山茶風味のししゃもフライ 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 (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
油揚げ (カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
にんじん (生)	10.31	10.00	
さといも (いちょう)	10.00	10.00	
こまつな (生)	11.76	10.00	
干しいたけ (スライス)	0.50	0.50	
えのきたけ (バラカット)	5.00	5.00	
ぶなしめじ (バラカット)	5.00	5.00	
ながねぎ (生)	5.00	3.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	14.00	14.00	小麦、大豆
みりん (本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
三温糖	1.50	1.50	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ししゃも狭山茶フライ (冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
ミニトマト (生)	2個	21.56	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月19日月曜日

<献立名> カレーライス 牛乳 花野菜のサラダ

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)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	10.00	10.00	
にんじん(生)	30.93	30.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
しょうが(生)	1.00	0.80	
にんにく(生)	0.54	0.50	
鶏レバーペースト	0.50	0.50	鶏肉
カレーフレーク	14.00	14.00	小麦
トマトケチャップ	3.00	3.00	
中濃ソース	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	0.30	0.30	小麦、大豆
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	0.50	0.50	
水	130.00	130.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ブロッコリー(冷凍)	25.00	25.00	
カリフラワー(冷凍)	20.00	20.00	
プレスハム(短冊)	6.00	6.00	豚肉
ごまドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま

<献立名> ごはん 牛乳 わかめスープ 酢豚 オレンジゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
カットわかめ	1.00	1.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
鶏むねこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.02	0.02	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
水	160.00	160.00	
豚肉(もも・角切)	30.00	30.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
清酒	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	1.80	1.80	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	4.30	4.30	
なたね油(揚油)	3.00	3.00	
じゃがいも(生)	22.22	20.00	
なたね油(揚油)	2.00	2.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
たけのこ(レトルト)	10.00	10.00	
青ピーマン(生)	2.94	2.50	
なたね油	0.30	0.30	
穀物酢	2.00	2.00	
三温糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	4.50	4.50	小麦、大豆
トマトケチャップ	1.50	1.50	
中華スープのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
水	12.00	12.00	
オレンジゼリー(冷凍)	1個	30.00	オレンジ

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月21日水曜日

<献立名> はちみつパン 牛乳 ミネストローネ 豆乳かぼちゃグラタン イタリアンサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
はちみつパン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
はちみつパン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
はちみつパン(1コ取り) (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
シヨルダーベーコン (短冊)	8.00	8.00	豚肉
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
パプリカ (黄)	3.33	3.00	
じゃがいも (生)	16.67	15.00	
はくさい (生)	15.96	15.00	
トマト (カット)	10.00	10.00	
トマトピューレ	8.00	8.00	
パンプキンペースト (冷凍)	12.00	12.00	
白いんげん (レトルト)	6.00	6.00	
三温糖	0.20	0.20	
マカロニ (アルファベット・乾)	3.00	3.00	小麦
にんにく (生)	0.33	0.30	
なたね油	1.00	1.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	1.00	1.00	
こしょう (白)	0.01	0.01	
水	110.00	110.00	
豆乳かぼちゃグラタン (冷凍)	1個	40.00	大豆
なたね油	0.10	0.10	
キャベツ (生)	23.53	20.00	
にんじん (生)	8.25	8.00	
きゅうり (生)	8.16	8.00	
プレスハム (短冊)	4.00	4.00	豚肉
イタリアンドレッシング (調理用)	6.00	6.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい わかめともやしのごま油炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(冷凍)	110.00	110.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	18.00	18.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
トウバンジャン	0.10	0.10	
清酒	3.00	3.00	
四川黒ソース(冷凍)	1.20	1.20	小麦、大豆、鶏肉、ごま
みそ(赤)	4.00	4.00	大豆
テンメンジャン	4.00	4.00	小麦、大豆、ごま
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
ごま油	0.30	0.30	ごま
三温糖	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
水	25.00	25.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
カットわかめ	1.50	1.50	
もやし(生)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
水	2.00	2.00	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月23日 金曜日

<献立名> ミートソーススパゲティ 牛乳 チキンナゲット ほうれん草のソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトめん (低)	1個	60.00	小麦
ソフトめん (中)	1個	70.00	小麦
ソフトめん (高)	1個	80.00	小麦
豚肉 (もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
にんじん (生)	37.11	36.00	
たまねぎ (生)	63.83	60.00	
たまねぎ (スライス・冷凍)	10.00	10.00	
にんにく (生)	0.33	0.30	
オリーブ油	0.50	0.50	
トマトケチャップ	24.00	24.00	
中濃ソース	3.90	3.90	
ハヤシルウ	7.00	7.00	小麦、大豆、豚肉
デミグラスソース	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
鶏レバーペースト	1.00	1.00	鶏肉
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	1.00	1.00	
こしょう (白)	0.03	0.03	
食塩	0.10	0.10	
水	60.00	60.00	
牛乳	1個	206.00	乳
チキンナゲット (冷凍) 乳・卵抜き	2個	40.00	小麦、大豆、鶏肉
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
ほうれんそう (冷凍)	25.00	25.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
ぶなしめじ (バラカット)	7.00	7.00	
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	

<献立名> ごはん 牛乳 いも団子汁 豚肉のねぎみそ焼き ひじきの煮物

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
じゃがいも団子(冷凍)	30.00	30.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
小松菜(冷凍)	15.00	15.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
だしのもと	1.00	1.00	
食塩	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	40.00	豚肉
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
三温糖	1.20	1.20	
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
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
なたね油	0.10	0.10	
ひじき	2.00	2.00	
大豆(冷凍)	5.00	5.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	5.00	5.00	
糸こんにゃく	5.00	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.30	0.30	
三温糖	2.50	2.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	3.00	3.00	

<献立名> かてめし 牛乳 彩の国汁 ゼリーフライ

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	
だいこん(生)	16.67	15.00	
ごぼう(ささがき)	10.00	10.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
ごま油	0.30	0.30	ごま
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	0.50	0.50	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
だしのもと	0.50	0.50	
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
小松菜(冷凍)	20.00	20.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
水	140.00	140.00	
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(ボトル)	5.00	5.00	

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月28日水曜日

<献立名> ツイストパン 牛乳 むさしのシチュー コーンフライ 三色ソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ツイストパン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
ツイストパン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
ツイストパン (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも (角切り)	40.00	40.00	
鶏むねこま (皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	20.62	20.00	
ブロッコリー (冷凍)	15.00	15.00	
なたね油	0.10	0.10	
ホワイトルウ	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	50.00	50.00	乳
コンソメのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.60	0.60	
こしょう (白)	0.03	0.03	
水	60.00	60.00	
コーンフライ (冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
ほうれんそう (冷凍)	20.00	20.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
ウィンナーソーセージFe入り (輪切)	10.00	10.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
こしょう (白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ	0.10	0.10	小麦、大豆
コンソメのもと	0.10	0.10	大豆、鶏肉、豚肉

センター調理小学校
(元郷センターB献立)

給食日誌

令和5年6月29日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 呉汁 さばの辛味焼き こんにゃくの炒め煮

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)	15.00	15.00	豚肉
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
大豆(冷凍)	18.00	18.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
なたね油	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、さけ、さば、ごま
なたね油	0.10	0.10	
鶏むねこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
板こんにゃく	25.00	25.00	
にんじん(生)	14.43	14.00	
さやえんどう(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.40	0.40	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.10	1.10	
みりん(本みりん)	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆

<献立名> たんたんめん 牛乳 油淋鶏 エリンギの炒め物

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)	18.00	18.00	豚肉
チンゲンサイ (生)	11.76	10.00	
えのきたけ (バラカット)	8.00	8.00	
ながねぎ (生)	8.33	5.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
にんにく (生)	0.22	0.20	
しょうが (生)	0.25	0.20	
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)	6.50	6.50	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
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	0.10	0.10	
食塩	0.30	0.30	
こしょう (白)	0.03	0.03	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏もも (皮つき)	1個	40.00	鶏肉
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.02	0.02	
でん粉 (じゃがいも)	6.00	6.00	
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
ながねぎ (生)	5.00	3.00	
にんにく (生)	0.22	0.20	
しょうが (生)	0.25	0.20	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
穀物酢	3.00	3.00	
三温糖	1.00	1.00	
水	3.00	3.00	
エリンギ (しなちくカット)	22.00	22.00	
ほうれんそう (冷凍)	12.00	12.00	
パプリカ (黄)	3.33	3.00	
シオルダーベーコン (短冊)	4.00	4.00	豚肉
こいくちしょうゆ	0.80	0.80	小麦、大豆
オイスターソース	0.80	0.80	
食塩	0.20	0.20	
なたね油	0.30	0.30	