

センター調理小学校  
(元郷学校給食センターA献立)

献立実施校

木曾呂小    上青木南小    柳崎小    戸塚綾瀬小  
在家小

令和5年

川口市学校給食献立日誌

9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8品目（えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生）並びに「特定原材料に準ずるもの」20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、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 $\mu\text{g}$ /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A献立)

給食日誌

令和5年9月4日月曜日

<献立名> カレーライス 牛乳 彩りソテー レモンゼリー

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)	15.00	15.00	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	大豆
にんじん(生)	20.62	20.00	
じゃがいも(生)	44.44	40.00	
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
ほうれんそう(冷凍)	25.00	25.00	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	15.00	15.00	豚肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
パプリカ(黄)	5.56	5.00	
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	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
レモンゼリー(冷凍)	1個	30.00	

センター調理小学校  
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和5年9月5日 火曜日

<献立名> 野沢菜ごはん 牛乳 大平汁 山賊揚げ

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	
のざわな(冷凍・塩漬)	18.95	18.00	小麦、大豆
ちりめんじゃこ(冷凍)	5.00	5.00	
かつお節(碎片)	1.00	1.00	
ごま・いり(白)	2.00	2.00	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
牛乳	1個	206.00	乳
凍り豆腐(サイコロ)	2.00	2.00	大豆
にんじん(生)	15.46	15.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
ぶなしめじ(バラカット)	8.00	8.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
だしのもと	1.20	1.20	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
水	150.00	150.00	
鶏むね肉(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
しょうが(生)	0.50	0.40	
にんにく(生)	0.22	0.20	
三温糖	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	

センター調理小学校  
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和5年9月6日水曜日

<献立名> バターロール 牛乳 パンプキンポタージュ 焼ウインナー フレンチサラダ

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
鶏むねこま (皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
なたね油	1.00	1.00	
パンプキンペースト (冷凍)	30.00	30.00	
たまねぎ (生)	37.23	35.00	
ホワイトルウ	6.00	6.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	60.00	60.00	乳
食塩	0.40	0.40	
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
水	85.00	85.00	
ウインナーソーセージ	2個	30.00	豚肉
キャベツ (生)	29.41	25.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
きゅうり (生)	10.20	10.00	
オリーブ油	2.70	2.70	
穀物酢	1.10	1.10	
食塩	0.40	0.40	
こしょう (白)	0.02	0.02	
三温糖	0.40	0.40	

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 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	
カットわかめ	1.50	1.50	
もやし(生)	20.00	20.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
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	2.00	2.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
水	2.00	2.00	

<献立名> 鶏ねぎうどん 牛乳 みそポテト 冷凍みかん

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
鶏むねこま (皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
ながねぎ (生)	25.00	15.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
ほうれんそう (冷凍)	10.00	10.00	
なると (オキアミ・冷凍)	5.00	5.00	
油揚げ (カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
こいくちしょうゆ	12.00	12.00	小麦、大豆
だしのもと	1.00	1.00	
みりん (本みりん)	2.00	2.00	
食塩	0.10	0.10	
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)	3.90	3.90	大豆
三温糖	3.00	3.00	
清酒	0.56	0.56	
みりん (本みりん)	0.56	0.56	
水	2.00	2.00	
冷凍みかん	1個	70.00	



センター調理小学校  
(元郷センターA献立)

## 給食日誌

令和5年9月11日月曜日

<献立名> こぎつね寿司 牛乳 なめこ汁 ほっけのみりんしょうゆ焼き

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)	15.00	15.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	15.00	15.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
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
なめこ(冷凍)	20.00	20.00	
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
だいこん(生)	16.67	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
みそ(赤)	12.00	12.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
ほっけのみりんしょうゆ漬(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆

<献立名> ごはん 牛乳 わんたんスープ 白身魚のチリソースかけ チャプチェ

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
生わんたん(冷凍)	18.00	18.00	小麦、大豆、豚肉
鶏むねこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	0.15	0.15	
こしょう(白)	0.02	0.02	
水	150.00	150.00	
ほき(でん粉付き・冷凍)	1個	40.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
にんにく(生)	0.11	0.10	
ごま油	0.30	0.30	ごま
とうがらし	0.01	0.01	
三温糖	1.60	1.60	
トマトケチャップ	2.50	2.50	
清酒	2.00	2.00	
中華スープのもと	0.10	0.10	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.20	0.20	
水	5.00	5.00	
豚肉(ロース・せん切り)	10.00	10.00	豚肉
はるさめ(炒め用)	8.00	8.00	
にんにく(生)	0.33	0.30	
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
にら(生)	2.11	2.00	
三温糖	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
コチュジャン	0.20	0.20	大豆
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	40.00	40.00	

センター調理小学校  
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和5年9月13日水曜日

<献立名> 子供パン 牛乳 ミネストローネ ポテトコロッケ キャベツソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
子供パン (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
子供パン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
子供パン (1コ取り) (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)	12.00	12.00	鶏肉
じゃがいも (生)	33.33	30.00	
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
パプリカ (黄)	3.33	3.00	
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	
ポテトコロッケ (冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース (ボトル)	5.00	5.00	
キャベツ (生)	35.29	30.00	
にんじん (生)	8.25	8.00	
ショルダーベーコン (短冊)	5.00	5.00	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A献立)

## 給食日誌

令和5年9月14日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 みそ汁 和風おろしハンバーグ いんげんのツナごま和え

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
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
なす(生)	13.33	12.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
さやえんどう(冷凍)	5.00	5.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
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	
大根おろし(冷凍)	10.00	10.00	
三温糖	1.60	1.60	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
いんげん(冷凍)	25.00	25.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ライトツナ(水煮・レトルト)	5.00	5.00	
すりごま(白)	1.00	1.00	ごま
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	

センター調理小学校  
(元郷センターA献立)

給食日誌

令和5年9月15日 金曜日

<献立名> たんたんめん 牛乳 揚げしゅうまい ミニトマト

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
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	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.03	0.03	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ポークしゅうまい (冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
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A献立)

給食日誌

令和5年9月19日 火曜日

<献立名> キャロットピラフ 牛乳 カレー野菜スープ ポークソテーオニオンソース ポテトサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
キャロットピラフ (低)	60.00	60.00	鶏肉
(中)	70.00	70.00	鶏肉
(高)	80.00	80.00	鶏肉
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま (皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
たまねぎ (生)	26.60	25.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
キャベツ (生)	23.53	20.00	
パセリ (乾)	0.02	0.02	
食塩	0.30	0.30	
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
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
カレー粉	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
豚肉 (ロース・切り身)	1個	40.00	豚肉
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	
なたね油	0.10	0.10	
たまねぎ (生)	10.64	10.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.50	1.50	
みりん (本みりん)	1.50	1.50	
三温糖	1.50	1.50	
でん粉 (じゃがいも)	0.20	0.20	
なたね油	0.20	0.20	
水	6.00	6.00	
じゃがいも (生)	38.89	35.00	
にんじん (生)	8.25	8.00	
プレスハム (短冊)	8.00	8.00	豚肉
きゅうり (生)	5.10	5.00	
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.02	0.02	
マヨネーズ (卵抜き・調理用)	6.00	6.00	大豆

<献立名> ツイストパン 牛乳 クリームシチュー 肉団子とペンのトマト煮 ぶどう

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
鶏ももこま (皮なし)	18.00	18.00	鶏肉
にんじん (生)	15.46	15.00	
たまねぎ (生)	42.55	40.00	
じゃがいも (生)	44.44	40.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.50	0.50	
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
牛乳 (調理用)	40.00	40.00	乳
ホワイトルウ	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、豚肉
水	70.00	70.00	
肉団子 (冷凍)	30.00	30.00	大豆、鶏肉、豚肉
マカロニ (ペネ・乾)	6.00	6.00	小麦
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
エリンギ (冷凍)	3.50	3.50	
にんにく (生)	0.07	0.06	
パセリ (葉・生)	0.33	0.30	
オリーブ油	0.50	0.50	
コンソメのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉
トマト (カット)	16.00	16.00	
トマトピューレ	3.00	3.00	
トマトケチャップ	4.00	4.00	
中濃ソース	0.30	0.30	
三温糖	0.30	0.30	
ローリエ	0.01	0.01	
こしょう (白)	0.01	0.01	
食塩	0.10	0.10	
水	15.00	15.00	
ぶどう (生)	2個	25.50	

センター調理小学校  
(元郷センターA献立)

## 給食日誌

令和5年9月21日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 みそけんちん いわしのみぞれ煮 小松菜とえのきの煮浸し

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
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
水	140.00	140.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば
小松菜(冷凍)	30.00	30.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
だしのもと	0.30	0.30	



センター調理小学校  
(元郷センターA献立)

## 給食日誌

令和5年9月22日 金曜日

<献立名> ミートソーススパゲティ 牛乳 キャベツとウィンナーのソテー

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)	28.00	28.00	豚肉
にんじん (生)	28.87	28.00	
たまねぎ (生)	53.19	50.00	
たまねぎ (スライス・冷凍)	10.00	10.00	大豆
エリンギ (冷凍)	5.00	5.00	
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
キャベツ (生)	35.29	30.00	
ウィンナーソーセージFe入り (輪切)	15.00	15.00	豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
こしょう (白)	0.01	0.01	

<献立名> ごはん 牛乳 はるさめスープ 酢豚 フルーツ杏仁プリン

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
はるさめ	6.00	6.00	
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
ほうれんそう(冷凍)	18.00	18.00	
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	4.00	4.00	小麦、大豆
食塩	0.30	0.30	
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)	4.50	4.50	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
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)	2.35	2.00	
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	
フルーツ杏仁プリン(冷凍)	1個	40.00	大豆、もも、りんご

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが 白ごまつくね 磯香和え

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)	100.00	90.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
しらたき	15.00	15.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
三温糖	4.00	4.00	
こいくちしょうゆ	11.00	11.00	小麦、大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	50.00	50.00	
白ごまつくね(冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま
なたね油	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	0.60	0.60	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	7.00	7.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	25.00	25.00	
あおさ(粉末)	0.07	0.07	
かつお節(碎片)	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ	2.20	2.20	小麦、大豆

センター調理小学校  
(元郷センターA献立)

### 給食日誌

令和5年9月27日水曜日

<献立名> 黒パン 牛乳 コンソメスープ 豆乳かぼちゃグラタン 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
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
シヨルダーベーコン (短冊)	10.00	10.00	豚肉
じゃがいも (生)	33.33	30.00	
たまねぎ (生)	26.60	25.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
パセリ (葉・生)	0.33	0.30	
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	0.50	0.50	
水	150.00	150.00	
豆乳かぼちゃグラタン (冷凍)	1個	60.00	大豆
ほうれん草 (冷凍)	25.00	25.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
エリンギ (冷凍)	10.00	10.00	
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 すまし汁 さばのみそ煮 きんぴらごぼう

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)	25.00	25.00	大豆
かまぼこ(冷凍)	12.00	12.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
えのきたけ(バラカット)	8.00	8.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
さばの切り身(冷凍)	1個	40.00	さば
しょうが(生)	1.25	1.00	
みそ(赤)	5.10	5.10	大豆
こいくちしょうゆ	2.60	2.60	小麦、大豆
清酒	2.60	2.60	
三温糖	3.80	3.80	
だしのもと	0.30	0.30	
ごぼう(せん切り)	25.00	25.00	
にんじん(せん切り)	15.00	15.00	
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	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A献立)

## 給食日誌

令和5年9月29日 金曜日

<献立名> 秋味うどん 牛乳 さつまいもの天ぷら ブロッコリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん (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)	12.00	12.00	豚肉
油揚げ (カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
なす (生)	11.11	10.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
ぶなしめじ (バラカット)	5.00	5.00	
かまぼこ (うさぎ丸型)	5.00	5.00	
ながねぎ (生)	16.67	10.00	
ほうれんそう (冷凍)	10.00	10.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	11.70	11.70	小麦、大豆
みりん (本みりん)	2.70	2.70	
食塩	0.50	0.50	
三温糖	0.18	0.18	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも (カット)	1.8個	54.00	
小麦粉	5.00	5.00	小麦
水	5.00	5.00	
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
			【さつまいもの天ぷら】 1～2年生：1個 3～6年生：2個
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