

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

10月



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 $\mu\text{g}/\text{ml}$ 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> メロンパン 牛乳 ヌードルスープ ミートかぼちゃフライ 野菜サラダ

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
米粉めん	9.00	9.00	
鶏ももこま（皮なし）	12.00	12.00	鶏肉
にんじん（生）	10.31	10.00	
たまねぎ（生）	24.47	23.00	
ホールコーン（冷凍）	10.00	10.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.70	0.70	
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
パセリ（乾）	0.01	0.01	
水	185.00	185.00	
ミートかぼちゃフライ（冷凍）	1個	60.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油（揚油）	6.00	6.00	
もやし（生）	10.00	10.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
キャベツ（生）	23.53	20.00	
パプリカ（黄）	5.56	5.00	
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> 高野豆腐のそぼろごはん 牛乳 きりたんぽ汁 かれいの甘酢あんかけ

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	
凍り豆腐	5.00	5.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.50	1.50	
清酒	0.50	0.50	
水	2.00	2.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
はくさい(生)	31.91	30.00	
まいたけ(バラカット)	6.00	6.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
きりたんぽ(冷凍)	23.00	23.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.60	0.60	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	5.50	5.50	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
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	
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)	0.50	0.50	
水	12.00	12.00	

<献立名> ごはん 牛乳 打ち豆汁 白ごまつくね ひじきのサラダ

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
打ち豆	6.00	6.00	大豆
ごぼう(生)	3.33	3.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	20.00	18.00	
さといも(いちょう)	24.00	24.00	
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	160.00	160.00	
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	
ひじき	1.00	1.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
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> カレー南蛮 牛乳 ししゃもフライ りんご

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)	23.00	23.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
にんじん(生)	18.56	18.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
三温糖	2.30	2.30	
こいくちしょうゆ	16.00	16.00	小麦、大豆
カレー粉	0.30	0.30	
でん粉(じゃがいも)	5.00	5.00	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ししゃもフライ(冷凍)	2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	
りんご(生)	1/8個	28.65	りんご

<献立名> プルコギトッパブ 牛乳 トック入りスープ しゅうまい

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(ロース・スライス)	30.00	30.00	豚肉
にんにく(生)	0.33	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
青ピーマン(生)	3.53	3.00	
エリンギ(しなちくカット)	4.00	4.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
清酒	0.40	0.40	
三温糖	1.30	1.30	
コチュジャン	0.40	0.40	大豆
でん粉(じゃがいも)	0.40	0.40	
水	2.00	2.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	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	0.60	0.60	
食塩	0.50	0.50	
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	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ぎょうざ ブルーベリーゼリー

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
豆腐(木綿)	100.00	100.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	25.00	25.00	豚肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
干しいたけ(スライス)	0.80	0.80	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
トウバンジャン	0.30	0.30	
清酒	3.00	3.00	
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
四川黒ソース(冷凍)	2.00	2.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
でん粉(じゃがいも)	4.00	4.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
三温糖	0.30	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
水	60.00	60.00	
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	
ブルーベリーゼリー(冷凍)	1個	50.00	

給食日誌

令和5年10月11日水曜日

<献立名> ごはん ふりかけ 牛乳 とん汁 いわしのみぞれがけ 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
ふりかけ(コバトン)	1個	2.50	卵、乳、小麦、大豆、鶏肉、ごま
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	13.33	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ごぼう(生)	5.56	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	155.00	155.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば
鶏ももこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
板こんにゃく	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
いんげん(冷凍)	3.00	3.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.30	0.30	
三温糖	1.40	1.40	
清酒	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
水	2.00	2.00	

<献立名> スパゲティキャロットソース 牛乳 チキンナゲット 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
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)	20.00	20.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
たまねぎ(生)	29.79	28.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	10.00	10.00	大豆
エリンギ(しなちくカット)	6.00	6.00	
にんじん(生)	39.18	38.00	
デミグラスソース	7.00	7.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
アップルソース	6.00	6.00	りんご
トマト(カット)	36.00	36.00	
パプリカパウダー	0.03	0.03	
コンソメのもと	1.60	1.60	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(白)	1.90	1.90	
食塩	1.70	1.70	
こしょう(白)	0.02	0.02	
なたね油	0.80	0.80	
でん粉(じゃがいも)	3.00	3.00	
パセリ(乾)	0.01	0.01	
水	95.00	95.00	
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	
ブロッコリー(冷凍)	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
イタリアンドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	大豆

給食日誌

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 豚肉のしょうが風味揚げ 厚揚げの煮物

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
せんべい(砕き)	10.00	10.00	小麦
鶏ももこま(皮なし)	13.00	13.00	鶏肉
にんじん(生)	9.28	9.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
はくさい(生)	18.09	17.00	
だいこん(生)	15.56	14.00	
食塩	0.40	0.40	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
みりん(本みりん)	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	5.50	5.50	小麦、大豆
水	170.00	170.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
でん粉(じゃがいも)	6.00	6.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
しょうが(生)	1.25	1.00	
三温糖	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
絹厚揚げ(冷凍)	35.00	35.00	大豆
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
三温糖	1.50	1.50	
清酒	0.40	0.40	
だしのもと	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	0.40	0.40	

<献立名> さきたまライスボール ナーのカレー風味揚げ オレンジ
牛乳 さつまいもときのこのクリームシチュー ウイン

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）	6.00	6.00	鶏肉
にんじん（生）	12.37	12.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
エリンギ（しなちくカット）	6.00	6.00	
ぶなしめじ（バラカット）	12.00	12.00	
さつまいも（角切り）	35.00	35.00	
ぶどう酒（白）	2.20	2.20	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
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	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	65.00	65.00	乳
水	80.00	80.00	
ウィンナーソーセージ	2個	40.00	豚肉
小麦粉	3.00	3.00	小麦
カレー粉	0.08	0.08	
水	4.00	4.00	
なたね油（揚油）	4.00	4.00	
オレンジ（生）	1/6個	19.00	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 仙台麩入り肉じゃが 笹かまぼこの磯辺揚げ わかめのサラダ
ずんだもち

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)	23.00	23.00	豚肉
じゃがいも(生)	100.00	90.00	
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
にんじん(生)	23.71	23.00	
仙台麩	3.00	3.00	小麦、大豆
しらたき	17.00	17.00	
三温糖	3.50	3.50	
こいくちしょうゆ	8.00	8.00	小麦、大豆
だしのもと	0.60	0.60	
水	55.00	55.00	
笹かまぼこ	2個	40.00	
小麦粉	4.00	4.00	小麦
あおのり	0.06	0.06	
食塩	0.03	0.03	
水	3.00	3.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
カットわかめ	0.80	0.80	
にんじん(生)	8.25	8.00	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
和風ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	
ずんだ餅(冷凍)	1個	40.00	大豆

<献立名> ごはん 味付けのり 牛乳 ごまキムチみそ汁 和風おろしハンバーグ 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	
味付けのり	1個	3.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(ロース・スライス)	12.00	12.00	豚肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
板こんにゃく	6.00	6.00	
豆腐(木綿)	15.00	15.00	大豆
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
清酒	1.20	1.20	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
みそ(白)	7.50	7.50	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
すりごま(白)	1.00	1.00	ごま
ねりごま	2.00	2.00	ごま
水	155.00	155.00	
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	
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	
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	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> 塩ラーメン 牛乳 春巻 みかん

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)	15.00	15.00	豚肉
もやし(生)	10.00	10.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	2.00	2.00	
こしょう(白)	0.04	0.04	
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	175.00	175.00	
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	
温州みかん(生)	1個	80.00	

<献立名> ふき寄せごはん 牛乳 けんちん汁 さんまの煮付け

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	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	11.00	11.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
ぶなしめじ(バラカット)	9.00	9.00	
くり(カット・チルド)	8.00	8.00	
なたね油	1.20	1.20	
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	2.00	2.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
しょうが(生)	0.75	0.60	
さといも(いちょう)	17.00	17.00	
板こんにゃく	6.00	6.00	
なたね油	1.50	1.50	
食塩	0.40	0.40	
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	165.00	165.00	
さんまの煮付け(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、オレンジ

<献立名> クロワッサン 牛乳 ニョッキのクリームスープ コーンフライ 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
クロワッサン	1個	70.00	卵、乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ショルダーベーコン（短冊）	6.00	6.00	豚肉
にんじん（生）	22.68	22.00	
たまねぎ（生）	28.72	27.00	
エリンギ（しなちくカット）	6.00	6.00	
ポテトニョッキ（冷凍）	25.00	25.00	小麦
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう（白）	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.10	1.10	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）	80.00	80.00	乳
水	80.00	80.00	
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> ごはん 牛乳 秋野菜のみそ汁 さばの辛味焼き かぶのそぼろ煮

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
さつまいも(角切り)	30.00	30.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
れんこん(いちょう)	10.00	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
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	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
かぶ(根、葉付き、生)	53.85	35.00	
しょうが(生)	0.31	0.25	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.20	0.20	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.80	0.80	
水	5.00	5.00	

<献立名> カレーライス 牛乳 温野菜サラダ 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	
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	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
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> きつねうどん 牛乳 大学いも 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	210.00	210.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	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	170.00	170.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも(乱切り)	50.00	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
三温糖	3.00	3.00	
水あめ	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	
ごま・いり(黒)	1.00	1.00	ごま
ミニトマト(生)	2個	21.56	

給食日誌

令和5年10月27日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 ごまみそ汁 鶏肉の元気ソースがけ さけとじゃこのふりかけ

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)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
大豆(冷凍)	5.00	5.00	大豆
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
すりごま(白)	5.00	5.00	ごま
水	160.00	160.00	
鶏もも(皮つき)	1個	60.00	鶏肉
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
にんにく(生)	0.38	0.35	
しょうが(生)	0.25	0.20	
ながねぎ(生)	4.17	2.50	
なたね油	0.20	0.20	
三温糖	2.50	2.50	
穀物酢	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
トウバンジャン	0.03	0.03	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	3.00	3.00	
さけのフレーク(レトルト)	10.00	10.00	大豆、さけ
ちりめんじゃこ(冷凍)	4.00	4.00	
三温糖	0.70	0.70	
穀物酢	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
なたね油	0.50	0.50	

<献立名> バターロール 牛乳 ラビオリスープ ポテトコロッケ 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
バターロールクレセント	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ポークラビオリ（冷凍）	17.00	17.00	小麦、豚肉
にんじん（生）	12.37	12.00	
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
ホールコーン（冷凍）	9.00	9.00	
ほうれんそう（生）	11.11	10.00	
食塩	0.30	0.30	
こしょう（白）	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
でん粉（じゃがいも）	1.20	1.20	
水	175.00	175.00	
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	5.00	5.00	
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	
えだまめ（冷凍）	6.00	6.00	大豆
かんきつドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	

給食日誌

令和5年10月31日 火曜日

<献立名> キャロットピラフ 牛乳 キャベツと肉団子のスープ たこナゲット 枝豆のサラダ 米粉のかぼちゃマフィン

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	鶏肉
キャロットピラフの素	30.00	30.00	
水	120.00	120.00	
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)	41.18	35.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
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	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	
水	150.00	150.00	
たこナゲット(冷凍)	2個	40.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
えだまめ(冷凍)	10.00	10.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	20.00	20.00	大豆
コーンクリーミードレッシング(ボトル)	6.00	6.00	
米粉のかぼちゃマフィン(冷凍)	1個	25.00	大豆