

センター調理中学校 (元郷学校給食センター献立)

献立実施校

在家中

小谷場中

芝東中

芝西中

芝中

岸川中

北中

幸並中

上青木中

青木中

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> 黒パン 牛乳 野菜スープ フランクフルトソーセージ 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	1個	70.00	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
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
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	1.50	1.50	小麦、大豆
こしょう(白)	0.02	0.02	
食塩	0.80	0.80	
水	150.00	150.00	
フランクフルトソーセージ(Fe)	1個	40.00	豚肉
なたね油	0.10	0.10	
大豆(冷凍)	6.00	6.00	大豆
ひよこ豆	6.00	6.00	
たまねぎ(生)	17.02	16.00	
にんじん(生)	6.19	6.00	
ホールコーン(冷凍)	4.00	4.00	
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
にんにく(生)	0.43	0.40	
しょうが(生)	0.50	0.40	
オリーブ油	1.60	1.60	
三温糖	0.20	0.20	
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.03	0.03	
トマトケチャップ	8.00	8.00	
トマトピューレ	11.00	11.00	
こいくちしょうゆ	0.60	0.60	小麦、大豆
ウスターソース	2.00	2.00	
ぶどう酒(赤)	1.60	1.60	
チリパウダー	0.06	0.06	

<献立名> ごはん 牛乳 さつま汁 かれいの竜田揚げ うの花炒り煮

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
さつまいも(角切り)	25.00	25.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(半月)	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	
かれいの立田揚(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
おから(冷凍)	20.00	20.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
干ししいたけ(スライス)	0.30	0.30	
焼きちくわ(冷凍)	7.00	7.00	小麦、大豆
さやえんどう(冷凍)	3.00	3.00	
なたね油	2.50	2.50	
だしのもと	0.25	0.25	
三温糖	0.75	0.75	
清酒	0.95	0.95	
みりん(本みりん)	0.95	0.95	
こいくちしょうゆ	1.60	1.60	小麦、大豆
水	4.00	4.00	

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 とんかつ 刻み昆布の炒め煮

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
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)	15.46	15.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
豆腐(木綿)	15.00	15.00	大豆
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
こまつな(生)	11.76	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
せんべい(砕き)	8.00	8.00	小麦
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	0.30	0.30	
水	140.00	140.00	
ひれかつ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
刻み昆布	4.00	4.00	
にんじん(生)	7.42	7.20	
かまぼこ(冷凍)	8.00	8.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.24	0.24	ごま
三温糖	1.50	1.50	
清酒	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	2.40	2.40	小麦、大豆
だしのもと	0.16	0.16	

<献立名> かしわうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 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	1個	100.00	小麦
鶏むねこま(皮つき)	25.00	25.00	鶏肉
ながねぎ(生)	25.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
なると(オキアミ・冷凍)	7.00	7.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	12.00	12.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
食塩	0.50	0.50	
水	170.00	170.00	
牛乳	1個	206.00	乳
焼きちくわ(4分の1カット)	2個	50.00	
小麦粉	6.00	6.00	小麦
あおさ(粉末)	0.08	0.08	
水	4.00	4.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
ほうれんそう(冷凍)	25.00	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
はくさい(生)	10.64	10.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
だしのもと	0.20	0.20	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和5年10月6日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 呉汁 いわしの梅しょうゆ煮 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
ごぼう(半月)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
大豆(冷凍)	20.00	20.00	大豆
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
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	
いわし梅醤油煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
ひじき	2.00	2.00	
鶏むねひき肉(皮なし)	8.00	8.00	鶏肉
えだまめ(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	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.30	0.30	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	10.00	10.00	

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和5年10月10日 火曜日

<献立名> ハヤシライス 牛乳 フレンチサラダ 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	100.00	100.00	
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(生)	55.56	50.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.03	0.03	
なたね油	0.50	0.50	
デミグラスソース	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
ハヤシルウ	16.00	16.00	小麦、大豆、豚肉
ウスターソース	3.00	3.00	
三温糖	0.80	0.80	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
キャベツ(生)	28.24	24.00	
きゅうり(生)	12.24	12.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ホールコーン(冷凍)	12.00	12.00	
穀物酢	1.43	1.43	
三温糖	0.54	0.54	
食塩	0.40	0.40	
なたね油	3.43	3.43	
こしょう(白)	0.04	0.04	
米粉クレープ(ブルーベリー・冷凍)	1個	35.00	大豆

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和5年10月11日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 なめこ汁 豚肉のしょうが焼き 野菜のうま煮

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
なめこ(冷凍)	15.00	15.00	
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
みそ(赤)	9.00	9.00	大豆
みそ(白)	4.00	4.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
しょうが(生)	1.25	1.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
なたね油	0.10	0.10	
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
さといも(いちょう)	30.00	30.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
たまねぎ(生)	8.51	8.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	5.00	5.00	

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和5年10月12日 木曜日

<献立名> クリームスパゲティ 牛乳 いかナゲット 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
ソフトめん	1個	100.00	小麦
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
エリンギ(冷凍)	8.00	8.00	
ぶなしめじ(バラカット)	8.00	8.00	
パセリ(乾)	0.02	0.02	
にんにく(生)	0.22	0.20	
有塩バター	2.50	2.50	乳
コンソメのもと	1.80	1.80	大豆、鶏肉、豚肉
牛乳(調理用)	60.00	60.00	乳
ホワイトルウ	6.00	6.00	乳、小麦、大豆、豚肉
生クリーム	10.00	10.00	乳
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
こしょう(白)	0.02	0.02	
食塩	1.00	1.00	
水	95.00	95.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いかナゲット(冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、いか
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
ブロッコリー(冷凍)	25.00	25.00	
カリフラワー(冷凍)	15.00	15.00	
キャベツ(生)	11.76	10.00	
たまねぎドレッシング(調理用)	9.00	9.00	小麦、大豆、りんご

<献立名> ごはん 牛乳 四川豆腐 しゅうまい はるさめサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(冷凍)	110.00	110.00	大豆
豚肉(もも・こま)	28.00	28.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
たけのこ(レトルト)	15.00	15.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
干ししいたけ(スライス)	0.50	0.50	
しょうが(生)	1.25	1.00	
にんにく(生)	0.43	0.40	
とうがらし	0.02	0.02	
こいくちしょうゆ	8.50	8.50	小麦、大豆
三温糖	0.60	0.60	
ごま油	0.60	0.60	ごま
でん粉(じゃがいも)	2.20	2.20	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
なたね油	0.50	0.50	
水	40.00	40.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
きゅうり(生)	5.10	5.00	
プレスハム(短冊)	5.00	5.00	豚肉
はるさめ	2.00	2.00	
中華ドレッシング(調理用)	7.00	7.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま、りんご

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和5年10月16日月曜日

<献立名> ツイストパン 牛乳 ポトフ 白身魚の香草フライ りんご

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ツイストパン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも(生)	55.56	50.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
ブロッコリー(冷凍)	25.00	25.00	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	20.00	20.00	豚肉
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.02	0.02	
ローリエ	0.05	0.05	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
水	85.00	85.00	
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	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
りんご(生)	1/8個	28.65	りんご

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 さばの塩こうじ焼き いんげんのごま和え

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
板こんにゃく	12.00	12.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
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	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
さばの塩こうじ焼き(冷凍)	1個	50.00	さば
なたね油	0.10	0.10	
いんげん(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
すりごま(白)	1.00	1.00	ごま
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
三温糖	1.80	1.80	

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和5年10月18日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 小松菜と油揚げのみそ汁 豚肉のゆず香和え 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
だいこん(生)	33.33	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
こまつな(生)	17.65	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
水	150.00	150.00	
豚肉(もも・角切)	50.00	50.00	豚肉
でん粉(じゃがいも)	5.00	5.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
三温糖	3.50	3.50	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
清酒	2.00	2.00	
ゆず果汁(冷凍)	2.50	2.50	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
水	2.00	2.00	

<献立名> たんたんめん 牛乳 かぼちゃのコロッケ 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	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
チンゲンサイ(生)	23.53	20.00	
えのきたけ(バラカット)	8.00	8.00	
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)	6.50	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)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
ラー油	0.20	0.20	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	0.10	0.10	
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.03	0.03	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
かぼちゃコロッケ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
エリンギ(しなちくカット)	20.00	20.00	
パプリカ(黄)	5.56	5.00	
小松菜(冷凍)	20.00	20.00	
シヨルダーベーコン(短冊)	8.00	8.00	豚肉
オイスターソース	0.80	0.80	
食塩	0.10	0.10	
なたね油	0.30	0.30	

<献立名> ごはん 牛乳 かねんしゅい チキン南蛮 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
かぼちゃ団子(冷凍)	30.00	30.00	
さつまいも(角切り)	20.00	20.00	
小松菜(冷凍)	10.00	10.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
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	150.00	150.00	
鶏もも(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.10	0.10	
でん粉(じゃがいも)	5.00	5.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
三温糖	4.00	4.00	
穀物酢	1.80	1.80	
水	10.00	10.00	
タルタルソース(卵抜き)	1個	8.00	大豆
切り干し大根	5.00	5.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
さつまあげ(冷凍)	5.00	5.00	
糸こんにゃく	8.00	8.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	7.00	7.00	

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和5年10月23日月曜日

<献立名> 子供パン 牛乳 マカロニスープ ハムカレーロール コーンスローサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
子供パン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
マカロニ (シェル・乾)	7.00	7.00	小麦
鶏むねこま (皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
たまねぎ (生)	26.60	25.00	
にんじん (生)	25.77	25.00	
ほうれんそう (冷凍)	20.00	20.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.70	0.70	
こしょう (白)	0.03	0.03	
水	150.00	150.00	
ハムカレーロール (冷凍)	1個	50.00	卵、乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
キャベツ (生)	29.41	25.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
たまねぎ (生)	8.51	8.00	
ホールコーン (冷凍)	10.00	10.00	
コーンクリーミードレッシング (調理用)	8.00	8.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 白菜と肉団子のスープ 中華風チキンソテー 厚揚げのピリ辛炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
肉団子(冷凍)	30.00	30.00	大豆、鶏肉、豚肉
はくさい(生)	26.60	25.00	
はるさめ	3.00	3.00	
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
こいくちしょうゆ	1.80	1.80	小麦、大豆
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	160.00	160.00	
鶏もも(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
たまねぎ(生)	3.19	3.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
しょうが(生)	0.63	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
ごま油	0.50	0.50	ごま
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.22	0.20	
たまねぎ(生)	12.77	12.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
にら(生)	3.16	3.00	
絹厚揚げ(冷凍)	30.00	30.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
清酒	2.00	2.00	
トウバンジャン	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	0.30	0.30	

<献立名> ごはん 牛乳 豚汁 和風きのこハンバーグ 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	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)	22.22	20.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
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	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
えのきたけ(バラカット)	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
三温糖	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	3.00	3.00	
鶏むねひき肉(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
れんこん水煮(いちょう切り)	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	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	
とうがらし	0.01	0.01	

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和5年10月26日 木曜日

<献立名> カレーうどん 牛乳 大学いも 青菜のソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
だしのもと	1.00	1.00	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	13.00	13.00	小麦、大豆
カレー粉	0.30	0.30	
カレーフレーク	8.00	8.00	小麦
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	150.00	150.00	
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	2.40	2.40	
水あめ	1.60	1.60	
こいくちしょうゆ	0.80	0.80	小麦、大豆
水	1.60	1.60	
ごま・いり(黒)	0.80	0.80	ごま
チンゲンサイ(生)	29.41	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
シヨルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.02	0.02	

<献立名> ごはん 牛乳 わんたんスープ 豚キムチ炒め 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
生わんたん(冷凍)	20.00	20.00	小麦、大豆、豚肉
鶏むねこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
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	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.03	0.03	
水	160.00	160.00	
豚肉(もも・こま)	55.00	55.00	豚肉
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	25.00	25.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にら(生)	5.26	5.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
なたね油	0.80	0.80	
みそ(赤)	6.50	6.50	大豆
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
三温糖	0.75	0.75	
清酒	1.50	1.50	
オレンジゼリー(冷凍)	1個	50.00	オレンジ

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和5年10月30日月曜日

<献立名> はちみつパン 牛乳 にんじんポタージュ 鶏肉のレモン風味 ほうれんそうのソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
はちみつパン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
にんじん(うらごし)(冷凍)	35.00	35.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ショルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
パセリ(乾)	0.02	0.02	
ホワイトルウ	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	80.00	80.00	乳
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
なたね油	0.50	0.50	
水	90.00	90.00	
鶏むね肉(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
でん粉(じゃがいも)	5.00	5.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
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	
ほうれんそう(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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	0.30	0.30	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	

<献立名> ふき寄せごはん 牛乳 いも団子汁 ぶりの照り焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
さつまいも(角切り)	10.00	10.00	
れんこん水煮(いちょう切り)	5.00	5.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.30	1.30	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
清酒	1.50	1.50	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも団子(冷凍)	35.00	35.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	17.78	16.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
こまつな(生)	14.12	12.00	
食塩	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
だしのもと	1.20	1.20	
水	170.00	170.00	
ぶりの照り焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油	0.10	0.10	