

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

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> ごはん 牛乳 けんちん汁 豚肉の甘辛揚げ 五目きんぴら

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
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
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)	25.00	25.00	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
食塩	0.90	0.90	
水	130.00	130.00	
豚肉(もも・角切)	45.00	45.00	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	4.00	4.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
清酒	1.40	1.40	
れんこん水煮(いちょう切り)	20.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
鶏むねこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
なたね油	0.30	0.30	
清酒	1.00	1.00	
三温糖	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	5.00	5.00	

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 もやし中華炒め

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)	20.00	20.00	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	
もやし(生)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
プレスハム(短冊)	8.00	8.00	豚肉
にんにく(生)	0.11	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)	0.80	0.80	
中華スープのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
ごま油	0.40	0.40	ごま

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10月4日水曜日

<献立名> コッペパン 牛乳 かぼちゃのシチュー ソーセージケチャップソース 野菜ソテー

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) (低)	1個	30.00	小麦、大豆
コッペパン (乳・卵抜き) (中)	1個	40.00	小麦、大豆
コッペパン (乳・卵抜き) (高)	1個	50.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
西洋かぼちゃ (角切り)	35.00	35.00	
鶏むねこま (皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
たまねぎ (生)	42.55	40.00	
にんじん (生)	20.62	20.00	
なたね油	1.00	1.00	
ホワイトルウ	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	40.00	40.00	乳
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.02	0.02	
水	70.00	70.00	
フランクフルトソーセージ	1個	40.00	豚肉
トマトケチャップ	4.00	4.00	
ウスターソース	2.00	2.00	
三温糖	0.40	0.40	
でん粉 (じゃがいも)	0.20	0.20	
水	2.50	2.50	
キャベツ (生)	29.41	25.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
シオルダーベーコン (短冊)	8.00	8.00	豚肉
なたね油	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	0.10	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10月5日 木曜日

<献立名> 大豆そぼろごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 さばの塩こうじ焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
豚肉(もも・ひき)	18.00	18.00	豚肉
大豆(冷凍)	18.00	18.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
干しいたけ(スライス)	0.30	0.30	
しょうが(生)	0.25	0.20	
なたね油	0.30	0.30	
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
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも(生)	22.22	20.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
凍り豆腐(サイコロ)	1.00	1.00	大豆
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
さばの塩こうじ焼き(冷凍)	1個	40.00	さば
なたね油	0.10	0.10	

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10月6日 金曜日

<献立名> 長崎ちゃんぽん 牛乳 ぎょうざ りんご

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
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)	8.25	8.00	
しょうが (生)	0.50	0.40	
にんにく (生)	0.43	0.40	
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	0.50	0.50	小麦、大豆
豚骨ラーメンスープ (レトルト)	8.50	8.50	小麦、大豆、豚肉、ごま
オイスターソース	2.50	2.50	
中華スープのもと	1.60	1.60	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
でん粉 (じゃがいも)	1.00	1.00	
ごま油	0.30	0.30	ごま
豆乳 (調製豆乳)	18.00	18.00	大豆
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ぎょうざ (冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
りんご (生)	1/8個	28.65	りんご

<献立名> ごはん 牛乳 トック入りスープ タッカルビ 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	(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)	10.00	10.00	豚肉
トック	25.00	25.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
干ししいたけ(スライス)	0.50	0.50	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
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	
鶏もも一口大(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
鶏むね一口大(皮なし)	20.00	20.00	鶏肉
さつまいも(角切り)	25.00	25.00	
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	
青ピーマン(生)	5.88	5.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
にんにく(生)	0.22	0.20	
コチュジャン	1.20	1.20	大豆
トウバンジャン	0.10	0.10	
ごま油	0.50	0.50	ごま
清酒	3.00	3.00	
三温糖	0.50	0.50	
中華スープのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	10.00	10.00	
ブルーベリーゼリー(冷凍)	1個	50.00	

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10月11日水曜日

<献立名> ツイストパン 牛乳 にんじんポタージュ ポテトコロッケ ツナサラダ

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
にんじん(うらごし) (冷凍)	35.00	35.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
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	0.50	0.50	
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	80.00	80.00	
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)	29.41	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ライトツナ(水煮・レトルト)	10.00	10.00	
穀物酢	1.20	1.20	
三温糖	0.45	0.45	
食塩	0.45	0.45	
なたね油	2.80	2.80	
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10月12日 木曜日

<献立名> ごはん 牛乳 打ち豆汁 豚肉のしょうが焼き 白菜の煮浸し

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
打ち豆	6.00	6.00	大豆
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
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	
はくさい(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
だしのもと	0.20	0.20	
みりん(本みりん)	0.20	0.20	

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10月13日 金曜日

<献立名> きつねうどん 牛乳 かぼちゃの天ぷら 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
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
油揚げ (カット・冷凍)	10.00	10.00	大豆
豚肉 (もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
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	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	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
西洋かぼちゃ (くし型切り)	2個	50.00	
小麦粉	5.00	5.00	小麦
食塩	0.10	0.10	
水	5.00	5.00	
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
いんげん (冷凍)	25.00	25.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
プレスハム (短冊)	5.00	5.00	豚肉
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.25	0.25	
こしょう (白)	0.02	0.02	

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10月16日月曜日

<献立名> ごはん 牛乳 とん汁 いわしの梅しょうゆ煮 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)	10.00	10.00	豚肉
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
みそ(白)	11.00	11.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	
いわし梅醤油煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
ほうれんそう(冷凍)	20.00	20.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
きざみのり	0.40	0.40	
だしのもと	0.25	0.25	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.60	2.60	小麦、大豆
水	4.00	4.00	

<献立名> ごはん 牛乳 すまし汁 みそカツ 筑前煮

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
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
かまぼこ(冷凍)	8.00	8.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	20.00	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	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
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	
みそ(赤)	3.50	3.50	大豆
みりん(本みりん)	1.20	1.20	
清酒	1.00	1.00	
三温糖	2.00	2.00	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
水	4.00	4.00	
鶏むねこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
板こんにゃく	10.00	10.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
だしのもと	0.50	0.50	
水	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10月18日水曜日

<献立名> 黒パン 牛乳 ラビオリスープ ハンバーグデミグラスソース 粉ふきいも

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
ポークラビオリ (冷凍)	12.00	12.00	小麦、豚肉
鶏むねこま (皮つき)	13.00	13.00	鶏肉
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
ホールコーン (冷凍)	10.00	10.00	
こまつな (生)	11.76	10.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
こしょう (白)	0.01	0.01	
食塩	0.50	0.50	
水	150.00	150.00	
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)	55.56	50.00	
パセリ (乾)	0.02	0.02	
食塩	0.30	0.30	
こしょう (白)	0.01	0.01	

<献立名> 秋の香りごはん 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
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
ぶなしめじ(バラカット)	8.00	8.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
れんこん水煮(いちょう切り)	8.00	8.00	
さつまいも(角切り)	15.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	1.80	1.80	
清酒	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
食塩	0.10	0.10	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
ごぼう(半月)	6.00	6.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
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
こまつな(生)	11.76	10.00	
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)	3.00	3.00	大豆
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	10.00	10.00	大豆
穀物酢	1.70	1.70	

<献立名> クリームスパゲティ 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
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
鶏ももこま (皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ (生)	29.79	28.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
エリンギ (冷凍)	7.00	7.00	
ぶなしめじ (バラカット)	7.00	7.00	
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	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉
牛乳 (調理用)	56.00	56.00	乳
ホワイトルウ	5.50	5.50	乳、小麦、大豆、豚肉
生クリーム	9.00	9.00	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	0.90	0.90	
水	90.00	90.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ブロッコリー (冷凍)	30.00	30.00	
カリフラワー (冷凍)	15.00	15.00	
プレスハム (短冊)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎドレッシング (調理用)	7.00	7.00	小麦、大豆、りんご

<献立名> ガパオライス 牛乳 わかめスープ 鶏肉の韓国風照り焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
豚肉(もも・ひき)	25.00	25.00	豚肉
にんにく(生)	0.22	0.20	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
青ピーマン(生)	2.35	2.00	
パプリカ(黄)	2.22	2.00	
パプリカ(赤)	2.22	2.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
バジル 粉	0.01	0.01	
チキンスープ	0.10	0.10	小麦、大豆、鶏肉
オイスターソース	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
ナンプラー	0.10	0.10	
清酒	0.50	0.50	
三温糖	0.20	0.20	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
なたね油	0.30	0.30	
牛乳	1個	206.00	乳
カットわかめ	1.00	1.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
かまぼこ(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	0.30	0.30	
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
ごま油	0.30	0.30	ごま
水	160.00	160.00	
鶏もも(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
にんにく(生)	0.11	0.10	
コチュジャン	1.20	1.20	大豆
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
清酒	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
三温糖	1.00	1.00	
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
ごま油	0.30	0.30	ごま

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10月24日 火曜日

<献立名> わかめごはん 牛乳 さつまいものみそ汁 あじフライ 大根サラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
わかめごはん	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも(角切り)	25.00	25.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
たまねぎ(生)	12.77	12.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
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	
あじフライ(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
だいこん(生)	27.78	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
プレスハム(短冊)	10.00	10.00	豚肉
なたね油	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
穀物酢	0.70	0.70	
三温糖	0.70	0.70	
食塩	0.20	0.20	

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10月25日水曜日

<献立名> バターロール 牛乳 マカロニスूप ポークストロガノフ フライドポテト

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
マカロニ (シェル・乾)	7.00	7.00	小麦
鶏むねこま (皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
にんじん (生)	12.37	12.00	
ほうれんそう (冷凍)	15.00	15.00	
ホールコーン (冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
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
食塩	0.70	0.70	
こしょう (白)	0.03	0.03	
水	140.00	140.00	
豚肉 (もも・こま)	30.00	30.00	豚肉
にんにく (生)	0.43	0.40	
たまねぎ (生)	26.60	25.00	
ぶなしめじ (バラカット)	5.00	5.00	
なたね油	0.40	0.40	
トマトピューレ	5.00	5.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒 (赤)	1.50	1.50	
食塩	0.15	0.15	
こしょう (白)	0.01	0.01	
小麦粉	1.50	1.50	小麦
水	3.00	3.00	
フレンチポテト (冷凍)	50.00	50.00	
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
食塩	0.24	0.24	

<献立名> ごはん 牛乳 中華風コーンスープ 白ごまつくね ホイコーロー

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
プレスハム(短冊)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
クリームコーン(冷凍)	35.00	35.00	
ホールコーン(冷凍)	15.00	15.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
中華スープのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	0.80	0.80	
ごま油	0.30	0.30	ごま
でん粉(じゃがいも)	1.00	1.00	
水	135.00	135.00	
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)	0.67	0.67	
でん粉(じゃがいも)	0.33	0.33	
水	6.67	6.67	
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
キャベツ(生)	29.41	25.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	7.22	7.00	
にら(生)	3.16	3.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
にんにく(生)	0.11	0.10	
なたね油	0.30	0.30	
みそ(赤)	1.60	1.60	大豆
こいくちしょうゆ	1.40	1.40	小麦、大豆
三温糖	0.60	0.60	
中華スープのもと	0.10	0.10	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
ごま油	0.30	0.30	ごま

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10月27日 金曜日

<献立名> みそラーメン 牛乳 春巻 中華サラダ

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)	12.00	12.00	豚肉
キャベツ (生)	23.53	20.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
もやし (生)	15.00	15.00	
ホールコーン (冷凍)	8.00	8.00	
しょうが (生)	1.25	1.00	
にんにく (生)	0.54	0.50	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
みそ (白)	11.00	11.00	大豆
みそ (赤)	2.00	2.00	大豆
とうがらし	0.01	0.01	
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	150.00	150.00	
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	
だいこん (生)	22.22	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
きゅうり (生)	8.16	8.00	
プレスハム (短冊)	5.00	5.00	豚肉
中華ドレッシング (調理用)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま、りんご

<献立名> ポークカレー 牛乳 じゃことブロッコリーのサラダ

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)	20.00	20.00	豚肉
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	15.00	15.00	大豆
にんじん(生)	20.62	20.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
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	3.00	3.00	
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
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
ちりめんじゃこ(冷凍)	3.00	3.00	
ブロッコリー(冷凍)	20.00	20.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
食塩	0.20	0.20	
穀物酢	1.00	1.00	

<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	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
かぼちゃ団子(冷凍)	25.00	25.00	
さつまいも(角切り)	15.00	15.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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	
鶏むね肉(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	

