

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

11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 $\mu\text{g}/\text{ml}$ 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」

給食日誌

令和5年11月1日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 すいとん あんかけ豆腐ハンバーグ 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
すいとん(乳・卵抜き・冷凍)	25.00	25.00	小麦
こまつな(生)	9.41	8.00	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
水	155.00	155.00	
豆腐バーグ(冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
だしのもと	0.10	0.10	
三温糖	3.00	3.00	
みりん(本みりん)	0.70	0.70	
穀物酢	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	
れんこん(いちょう)	18.00	18.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
さつまあげ(冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.40	1.40	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	

<献立名> 五目とろみそば 牛乳 ねぎぎょうざ レモンゼリー

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)	16.00	16.00	豚肉
にんじん(生)	13.40	13.00	
はくさい(生)	23.40	22.00	
もやし(生)	26.00	26.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.22	0.20	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.80	0.80	
こしょう(白)	0.02	0.02	
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	7.40	7.40	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	3.50	3.50	
水	165.00	165.00	
牛乳	1個	206.00	乳
深谷ねぎぎょうざ(冷凍)	3個	60.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
レモンゼリー(冷凍)	1個	30.00	

<献立名> さきたまライスボール 牛乳 むさしのシチュー メンチカツ りんご

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
鶏むねこま（皮つき）	10.00	10.00	鶏肉
さつまいも（角切り）	35.00	35.00	
にんじん（生）	20.62	20.00	
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
ブロッコリー（冷凍）	13.00	13.00	
なたね油	0.50	0.50	
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
ぶどう酒（白）	1.00	1.00	
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	
メンチカツ（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	
りんご（生）	1/8個	28.65	りんご

<献立名> ごはん 牛乳 呉汁 さばの塩こうじ焼き 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	6.00	6.00	豚肉
大豆(冷凍)	18.00	18.00	大豆
にんじん(生)	6.19	6.00	
だいこん(生)	18.89	17.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
なたね油	0.60	0.60	
煮干し(だしパック)	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	
さばの塩こうじ焼き(冷凍)	1個	50.00	さば
鶏ももこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
板こんにゃく	23.00	23.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
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> ドライカレー 牛乳 オニオンスープ チキンナゲット 小松菜のサラダ

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	
ドライカレーの素	30.00	30.00	小麦、大豆、鶏肉
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ショルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	23.71	23.00	
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
オリーブ油	0.30	0.30	
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	1.70	1.70	小麦、大豆
パセリ(乾)	0.02	0.02	
水	175.00	175.00	
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	
こまつな(生)	23.53	20.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
イタリアンドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	大豆

<献立名> おっきりこみ 牛乳 みそポテト 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(平打ち)	200.00	200.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
油揚げ	7.00	7.00	大豆
にんじん(生)	8.25	8.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	14.00	14.00	小麦、大豆
食塩	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
清酒	1.50	1.50	
三温糖	0.70	0.70	
水	175.00	175.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも(生)	72.22	65.00	
小麦粉	3.00	3.00	小麦
なたね油(揚油)	7.00	7.00	
みそ(赤)	4.00	4.00	大豆
三温糖	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	0.80	0.80	小麦、大豆
水	4.00	4.00	
温州みかん(生)	1個	80.00	

<献立名> 鉄骨ちらし 牛乳 鰹物汁 川口市産しょうが入りウインナー 川口いちごのゼリー

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	
三温糖	5.50	5.50	
穀物酢	9.10	9.10	
食塩	1.30	1.30	
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
油揚げ	10.00	10.00	大豆
ひじき	1.50	1.50	
にんじん(生)	10.31	10.00	
小えび(乾)	0.70	0.70	えび
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.40	1.40	
食塩	0.10	0.10	
だしのもと	0.25	0.25	
こいくちしょうゆ	2.40	2.40	小麦、大豆
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
板こんにゃく	6.00	6.00	
煮干し(だしパック)	5.00	5.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.20	2.20	大豆
水	160.00	160.00	
ごま油	1.00	1.00	ごま
川口ウインナー(しょうが)	2個	40.00	豚肉
いちごゼリー(冷凍)	1個	18.00	

<献立名> バターロール 牛乳 ヌードルスープ 白身魚の香草フライ 花野菜サラダ

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
米粉めん	9.00	9.00	
鶏むねこま（皮つき）	12.00	12.00	鶏肉
にんじん（生）	12.37	12.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
キャベツ（生）	29.41	25.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.50	0.50	
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
水	160.00	160.00	
パセリ（乾）	0.01	0.01	
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	
ブロッコリー（冷凍）	20.00	20.00	
カリフラワー（冷凍）	20.00	20.00	
サウザンアイランドドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	

給食日誌

<献立名> ごはん 牛乳 彩の国汁 厚焼たまご ひじきツナ炒め 納豆

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)	12.00	12.00	豚肉
はくさい(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
さといも(いちょう)	14.00	14.00	
豆腐(木綿)	10.00	10.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	1.10	1.10	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	165.00	165.00	
厚焼きたまご(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆
ライトツナ(油漬・レトルト)	20.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ひじき	1.00	1.00	
三温糖	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	0.30	0.30	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
納豆	1個	30.00	小麦、大豆

<献立名> みそラーメン 牛乳 春巻 枝豆のサラダ

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)	14.00	14.00	豚肉
キャベツ(生)	25.88	22.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
しょうが(生)	0.63	0.50	
にんにく(生)	0.54	0.50	
なたね油	0.50	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)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	5.00	5.00	大豆
四川黒ソース(冷凍)	2.00	2.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
トウバンジャン	0.05	0.05	
水	170.00	170.00	
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	
えだまめ(冷凍)	8.00	8.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
かんきつドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> かてめし 牛乳 まゆ玉汁 いわしの梅しょうゆ煮

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	
鶏むねこま(皮つき)	16.00	16.00	鶏肉
ごぼう(生)	8.89	8.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
干ししいたけ(スライス)	0.60	0.60	
凍り豆腐	1.00	1.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	
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
白玉もち(冷凍)	23.00	23.00	
油揚げ	4.00	4.00	大豆
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
こまつな(生)	14.12	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
煮干し(だしパック)	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	
いわし梅醤油煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆

給食日誌

<献立名> 子供パン 牛乳 マカロニのクリーム煮 コーンフライ オレンジ

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
鶏むねこま（皮つき）	12.00	12.00	鶏肉
にんじん（生）	20.62	20.00	
たまねぎ（生）	31.91	30.00	
じゃがいも（生）	50.00	45.00	
マカロニ（シェル・乾）	12.00	12.00	小麦
食塩	0.40	0.40	
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
クッキングチーズ	4.00	4.00	乳
ホワイトルウ	8.00	8.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	40.00	40.00	乳
水	75.00	75.00	
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	
オレンジ（生）	1/6個	19.30	オレンジ

給食日誌

<献立名> ごはん 牛乳 はるさめスープ 肉団子の甘酢あんかけ 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	23.40	22.00	
えのきたけ(バラカット)	6.00	6.00	
はるさめ	3.50	3.50	
食塩	0.50	0.50	
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	4.00	4.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	2.30	2.30	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
水	175.00	175.00	
肉団子(冷凍)	60.00	60.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
なたね油	0.30	0.30	
三温糖	3.50	3.50	
清酒	1.50	1.50	
中華スープのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
トマトケチャップ	7.00	7.00	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
穀物酢	3.00	3.00	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	6.00	6.00	
ごぼう(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	16.49	16.00	
えだまめ(冷凍)	9.00	9.00	大豆
ごまドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま

<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	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
たまねぎドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、りんご
乳酸菌飲料	1個	65.00	乳

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 鶏肉のねぎみそ揚げ 小松菜としゃくし菜の炒め煮 プルーン

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	
水	120.00	120.00	
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	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
しょうが(生)	0.63	0.50	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
板こんにゃく	5.00	5.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.30	0.30	
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	160.00	160.00	
鶏もも(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
でん粉(じゃがいも)	7.00	7.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
三温糖	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	2.70	2.70	小麦、大豆
みそ(赤)	5.40	5.40	大豆
清酒	1.80	1.80	
みりん(本みりん)	1.80	1.80	
水	3.00	3.00	
刻みしゃくし菜	5.00	5.00	小麦、大豆
こまつな(生)	23.53	20.00	
炒りたまご(冷凍)	10.00	10.00	卵、大豆
かつお節(碎片)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
ごま油	0.30	0.30	ごま
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
プルーン(乾)	1個	14.00	

<献立名> ツイストパン 牛乳 野菜スープ 花豆コロッケ ほうれんそうときのこのソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ツイストパン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ショルダーベーコン（短冊）	8.00	8.00	豚肉
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
にんじん（生）	15.46	15.00	
キャベツ（生）	41.18	35.00	
なたね油	0.60	0.60	
チキンブイヨン（冷凍）	7.00	7.00	鶏肉
食塩	0.50	0.50	
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	2.40	2.40	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
花豆コロッケ（冷凍）	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）	6.00	6.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
ほうれんそう（生）	22.22	20.00	
エリンギ（しなちくカット）	5.00	5.00	
ホールコーン（冷凍）	25.00	25.00	
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 キムチとトックのスープ 豚肉の元気ソース炒め もやしのナムル

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
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
にら(生)	3.68	3.50	
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	8.00	8.00	
トック	25.00	25.00	
食塩	0.12	0.12	
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
がらスープ(レトルト)	5.00	5.00	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	2.30	2.30	小麦、大豆
みそ(赤)	3.50	3.50	大豆
水	160.00	160.00	
豚肉(ロース・スライス)	50.00	50.00	豚肉
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
しょうが(生)	0.25	0.20	
ながねぎ(生)	4.17	2.50	
なたね油	0.70	0.70	
三温糖	3.00	3.00	
穀物酢	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	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	2.00	2.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
韓国ナムルドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま

給食日誌

令和5年11月29日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 しょうが入りつくね汁 かつおの竜田揚げ ぐる煮 ゆずゼリー

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
とり肉つくね(冷凍)	23.00	23.00	大豆、鶏肉
にんじん(生)	13.40	13.00	
たまねぎ(生)	13.83	13.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
しょうが(生)	0.63	0.50	
食塩	1.00	1.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	3.10	3.10	小麦、大豆
水	165.00	165.00	
かつおの立田揚げ(冷凍)	40.00	40.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
だいこん(生)	13.33	12.00	
にんじん(生)	6.19	6.00	
絹厚揚げ(冷凍)	24.00	24.00	大豆
グリーンピース(冷凍)	2.00	2.00	
だしのもと	0.40	0.40	
三温糖	1.10	1.10	
清酒	1.10	1.10	
みりん(本みりん)	1.60	1.60	
こいくちしょうゆ	3.20	3.20	小麦、大豆
水	10.00	10.00	
ゆずゼリー(冷凍)	1個	30.00	

<献立名> ねぎまうどん 牛乳 ゼリーフライ 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
地粉うどん	210.00	210.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
鶏むねこま(皮つき)	22.00	22.00	鶏肉
ながねぎ(生)	21.67	13.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
なると(オキアミ・冷凍)	6.00	6.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
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	0.70	0.70	
水	170.00	170.00	
牛乳	1個	206.00	乳
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	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	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
和風ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	