

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

12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ございます。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12月1日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 ごまみそ汁 和風おろしハンバーグ 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
にんじん(生)	20.62	20.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
大豆(冷凍)	5.00	5.00	大豆
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
すりごま(白)	5.00	5.00	ごま
水	160.00	160.00	
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)	8.00	8.00	鶏肉
板こんにゃく	22.00	22.00	
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	
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> 黒パン 牛乳 押麦入り野菜スープ かぼちゃコロッケ 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	
黒パン	1個	70.00	乳、小麦、大豆	
牛乳	1個	206.00	乳	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	12.00	12.00	豚肉	
じゃがいも(生)	33.33	30.00		
にんじん(生)	20.62	20.00		
たまねぎ(生)	26.60	25.00		
おおむぎ(押麦)	4.00	4.00		
オリーブ油	0.60	0.60		
パセリ(乾)	0.01	0.01		
コンソメのもと	1.20	1.20		
こいくちしょうゆ	1.00	1.00		
こしょう(白)	0.01	0.01		
食塩	0.60	0.60		
水	155.00	155.00		
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		
中濃ソース	5.00	5.00		
キャベツ(生)	23.53	20.00	大豆、鶏肉、豚肉	
にんじん(生)	10.31	10.00		
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00		
はるさめ	2.00	2.00		
香味塩ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00		
			小麦、大豆、鶏肉、ごま	

<献立名> ごはん 牛乳 白玉のっぺい汁 鶏の照り焼き もやしのサラダ

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
白玉もち(冷凍)	23.00	23.00	
豚肉(ロース・スライス)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	11.34	11.00	
だいこん(生)	17.78	16.00	
ごぼう(生)	5.56	5.00	
さといも(いちょう)	9.00	9.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
しょうが(生)	0.44	0.35	
食塩	1.00	1.00	
なたね油	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
でん粉(じゃがいも)	1.20	1.20	
水	165.00	165.00	
鶏肉の照り焼き(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆、鶏肉
にんじん(生)	5.15	5.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
たまねぎドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、りんご

給食日誌

令和5年12月6日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 かぶのみそ汁 たら野菜あんかけ ひじきと大豆の煮物 みかんゼリー

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
かぶ(根、葉付き、生)	30.77	20.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
油揚げ	7.00	7.00	大豆
カットわかめ	1.00	1.00	
煮干し(だしパック)	5.00	5.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	180.00	180.00	
たらでんぷんつき(冷凍)	1個	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
はくさい(生)	8.51	8.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
ぶなしめじ(バラカット)	3.00	3.00	
三温糖	3.50	3.50	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
穀物酢	2.00	2.00	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
ごま油	0.30	0.30	ごま
水	10.00	10.00	
ひじき	1.50	1.50	
豚肉(もも・ひき)	6.00	6.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
大豆(冷凍)	8.00	8.00	大豆
糸こんにゃく	5.00	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
三温糖	1.50	1.50	
だしのもと	0.20	0.20	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
水	5.00	5.00	
みかんゼリー(冷凍)	1個	40.00	

<献立名> もやしそば 牛乳 春巻 キャベツのサラダ

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・ひき)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
もやし(生)	40.00	40.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
にら(生)	3.16	3.00	
にんにく(生)	0.54	0.50	
しょうが(生)	1.25	1.00	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
三温糖	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
食塩	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	2.50	2.50	
水	165.00	165.00	
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)	5.00	5.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
キャベツ(生)	35.29	30.00	
中華ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま、りんご



<献立名> カレーライス 牛乳 だいこんサラダ オレンジ

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
だいこん(生)	33.33	30.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
イタリアンドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	大豆
オレンジ(生)	1/6個	19.00	オレンジ

給食日誌

<献立名> 子供パン 牛乳 ニョッキのクリームスープ チキンナゲット 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	60.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ショルダーベーコン（短冊）	5.00	5.00	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）	5.00	5.00	
ポテトニョッキ（冷凍）	18.00	18.00	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	85.00	85.00	
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	
キャベツ（生）	29.41	25.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
ホールコーン（冷凍）	5.00	5.00	
コーンクリーミードレッシング（ボトル）	6.00	6.00	大豆

給食日誌

令和5年12月12日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 豚肉とたまねぎの炒め物 りんご

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)	8.00	8.00	小麦
鶏むねこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
油揚げ	5.00	5.00	大豆
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	
ごぼう(生)	4.44	4.00	
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・スライス)	50.00	50.00	豚肉
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
清酒	1.50	1.50	
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	2.00	2.00	
りんご(生)	1/8個	28.65	りんご

<献立名> ごはん 牛乳 めった汁 ニギスの磯辺米粉フライ 治部煮

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)	10.00	10.00	豚肉
豆腐(木綿)	15.00	15.00	大豆
さつまいも(角切り)	15.00	15.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
板こんにゃく	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
煮干し(だしパック)	5.00	5.00	
水	165.00	165.00	
ニギス磯辺米粉フライ(冷凍)	2個	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
鶏ももこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
さといも(いちょう)	10.00	10.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
いんげん(冷凍)	3.00	3.00	
白すだれ麩(冷凍)	5.00	5.00	小麦
三温糖	1.50	1.50	
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
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	3.00	3.00	

<献立名> きつねうどん 牛乳 大学いも 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	210.00	210.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
豚肉(もも・こま)	8.00	8.00	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	175.00	175.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも(乱切り)	48.00	48.00	
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
ブロッコリー(冷凍)	35.00	35.00	
和風ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい 小松菜のナムル

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
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	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
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	
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

<献立名> バターロール 牛乳 白菜と肉団子のスープ オムレツ チリコンカン

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
肉団子（冷凍）	36.00	36.00	大豆、鶏肉、豚肉
はくさい（生）	37.23	35.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
こまつな（生）	11.76	10.00	
食塩	0.30	0.30	
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
水	160.00	160.00	
プレーンオムレツ（冷凍）	1個	40.00	卵、大豆
豚肉（もも・ひき）	16.00	16.00	豚肉
にんにく（生）	0.11	0.10	
しょうが（生）	0.13	0.10	
大豆（冷凍）	15.00	15.00	大豆
にんじん（生）	8.25	8.00	
たまねぎ（生）	19.15	18.00	
ミックスビーンズ（冷凍）	3.00	3.00	大豆
オリーブ油	0.60	0.60	
トマトピューレ	5.00	5.00	
トマトケチャップ	3.50	3.50	
ウスターソース	0.80	0.80	
中濃ソース	0.80	0.80	
食塩	0.10	0.10	
こしょう（白）	0.01	0.01	
三温糖	0.50	0.50	
コンソメのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉
チリパウダー	0.02	0.02	
でん粉（じゃがいも）	0.50	0.50	
水	2.00	2.00	

<献立名> 高野豆腐のそぼろごはん 牛乳 こしね汁 白ごまつくね

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	4.50	4.50	大豆
豚肉(もも・ひき)	16.00	16.00	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	2.00	2.00	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
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ごぼう(生)	7.78	7.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
干しいたけ(スライス)	0.80	0.80	
板こんにゃく	10.00	10.00	
油揚げ	7.00	7.00	大豆
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	170.00	170.00	
白ごまつくね(冷凍)	2個	40.00	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	



<献立名> キャロットピラフ 牛乳 クリームシチュー クリスピーチキン 温野菜サラダ  
 米粉のクリスマスケーキ(チョコ)

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	
キャロットピラフの素	30.00	30.00	鶏肉
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
シヨルダーベーコン(短冊)	5.00	5.00	豚肉
じゃがいも(生)	38.89	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
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	85.00	85.00	
クリスピーチキン(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、鶏肉
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
キャベツ(生)	35.29	30.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
ごまドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま
米粉のケーキ(冷凍)	1個	30.00	大豆