

自校調理中学校

献立実施校

鳩ヶ谷中 八幡木中 里中

令和6年

川口市学校給食献立日誌

1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」

<献立名> ごはん 牛乳 お雑煮 白ごまつくね 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(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)	12.37	12.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
かまぼこ(梅型)	5.00	5.00	
煮込みもち(冷凍)	15.00	15.00	
ほうれんそう(生)	22.22	20.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
食塩	0.50	0.50	
清酒	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、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	
おから(冷凍)	16.00	16.00	大豆
にんじん(生)	3.09	3.00	
干しいたけ(スライス)	0.20	0.20	
焼きちくわ(冷凍)	4.00	4.00	小麦、大豆
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.24	0.24	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
三温糖	0.90	0.90	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
水	12.50	12.50	

<献立名> 塩ラーメン 牛乳 ぎょうざ 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
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)	20.00	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
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
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	
ブロッコリー(冷凍)	20.00	20.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	14.44	13.00	
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> ごはん 牛乳 呉汁 いわしのみぞれ煮 キャベツとひじきの煮びたし

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	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
キャベツ(生)	35.29	30.00	
ひじき	0.50	0.50	
にんじん(生)	5.15	5.00	
こいくちしょうゆ	1.80	1.80	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	

<献立名> バーガーパン 牛乳 栄養満点！野菜スープ 寒だらのうまみフライ ポイル
キャベツ 米粉のももタルト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
子供パンスライス（1コ取り）	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）	15.96	15.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
はくさい（生）	26.60	25.00	
ホールコーン（冷凍）	15.00	15.00	
なたね油	1.00	1.00	
チキンブイヨン（冷凍）	12.00	12.00	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	2.30	2.30	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
たらポーションフライ（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	5.00	5.00	
キャベツ（生）	47.06	40.00	
米粉のももタルト（冷凍）	1個	35.00	大豆、もも

<献立名> ごはん 牛乳 わかめとトックのスープ ヤンニョムチキン にんじんと大根と
もやしのナムル 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	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
えのきたけ(バラカット)	15.00	15.00	
トック	20.00	20.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
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	175.00	175.00	
鶏もも(皮なし)	2個	50.00	鶏肉
しょうが(生)	0.50	0.40	
清酒	3.00	3.00	
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
なたね油	0.30	0.30	
トマトケチャップ	4.00	4.00	
コチュジャン	2.10	2.10	大豆
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	3.00	3.00	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	0.50	0.50	
穀物酢	0.90	0.90	
とうがらし	0.01	0.01	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	4.70	4.70	
もやし(生)	20.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	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
乳酸菌飲料	1個	65.00	乳

<献立名> ひじきごはん 牛乳 切り干し大根のごまみそ汁 さばの辛味焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
糸こんにゃく	5.00	5.00	
ひじき	1.50	1.50	
豚肉(もも・ひき)	17.00	17.00	豚肉
油揚げ	5.00	5.00	大豆
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
水	3.00	3.00	
牛乳	1個	206.00	乳
切り干し大根	4.00	4.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
すりごま(白)	2.50	2.50	ごま
煮干し(だしパック)	5.00	5.00	
みそ(白)	9.50	9.50	大豆
みそ(赤)	2.20	2.20	大豆
水	180.00	180.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆、さば

<献立名> きつねうどん 牛乳 いかのかりんあげ オレンジ

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	15.00	15.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
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
いか短冊(でん粉付・冷凍)	50.00	50.00	いか
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
三温糖	2.70	2.70	
みりん(本みりん)	2.70	2.70	
こいくちしょうゆ	1.10	1.10	小麦、大豆
水	5.50	5.50	
オレンジ(生)	1/6個	19.30	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 すまし汁 豚肉のねぎみそ炒め 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
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
にんじん(生)	15.46	15.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
カットわかめ	0.60	0.60	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
食塩	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	2.30	2.30	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	190.00	190.00	
豚肉(ロース・スライス)	40.00	40.00	豚肉
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
みそ(赤)	6.00	6.00	大豆
れんこん(いちょう)	20.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	7.00	7.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	

給食日誌

<献立名> 黒パン 牛乳 キャベツと肉団子のスープ チキンナゲット ブロッコリー

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
肉団子（冷凍）	35.00	35.00	大豆、鶏肉、豚肉
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	
ほうれんそう（生）	16.67	15.00	
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	155.00	155.00	
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	
ブロッコリー（冷凍）	40.00	40.00	
コーンクリーミードレッシング（ボトル）	6.00	6.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい 枝豆のサラダ

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
豆腐(木綿)	90.00	90.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	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
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)	6.00	6.00	
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	90.00	90.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
えだまめ(冷凍)	8.00	8.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
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> カレーライス 牛乳 温野菜サラダ 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	
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	
ごまドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、ごま
プルーン(乾)	1個	14.00	

給食日誌

令和6年1月25日 木曜日

<献立名> ごぼうにやミートソーススパゲティ 牛乳 さとう揚げパン 型抜きチーズ

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)	30.00	30.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ごぼう(生)	8.89	8.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
エリンギ(しなちくカット)	8.00	8.00	
パセリ(乾)	0.02	0.02	
トマトピューレ	30.00	30.00	
トマトケチャップ	13.00	13.00	
コンソメのもと	2.10	2.10	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(赤)	1.20	1.20	
ウスターソース	1.50	1.50	
食塩	1.00	1.00	
三温糖	0.70	0.70	
こしょう(白)	0.03	0.03	
でん粉(じゃがいも)	3.50	3.50	
なたね油	0.50	0.50	
水	105.00	105.00	
牛乳	1個	206.00	乳
コッペパン(乳・卵抜き 袋なし)	1個	20.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	2.00	2.00	
ざらめ糖(グラニュー糖)	2.50	2.50	
型抜きチーズ	1個	15.00	乳

<献立名> ごはん 牛乳 すいとん 和風おろしハンバーグ きんぴらごぼう

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)	8.25	8.00	
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)	20.00	20.00	小麦
こまつな(生)	9.41	8.00	
食塩	0.70	0.70	
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	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	1.50	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)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ごぼう(生)	22.22	20.00	
さつまいも(冷凍)	8.00	8.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.30	1.30	
みりん(本みりん)	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま

<献立名> はちみつパン 牛乳 冬野菜のシチュー 花豆コロッケ 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
はちみつパン	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
にんじん（生）	15.46	15.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
じゃがいも（生）	33.33	30.00	
かぶ（根、葉付き、生）	23.08	15.00	
ブロッコリー（冷凍）	20.00	20.00	
なたね油	0.50	0.50	
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
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	60.00	60.00	乳
水	70.00	70.00	
花豆コロッケ（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	5.00	5.00	
こまつな（生）	23.53	20.00	
にんじん（生）	5.15	5.00	
もやし（生）	15.00	15.00	
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 とりどせ風汁 あじ塩竜田揚げ 菜の花の煮びたし 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
とり肉つくね(冷凍)	25.00	25.00	大豆、鶏肉
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
ごぼう(生)	8.89	8.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
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	160.00	160.00	
あじの塩立田あげ(冷凍)	1個	40.00	大豆
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
菜の花(冷凍)	20.00	20.00	
もやし(生)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
三温糖	0.50	0.50	
清酒	0.60	0.60	
だしのもと	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
ブルーベリーゼリー(冷凍)	1個	35.00	

<献立名> ごはん 牛乳 打ち豆汁 いろどりたまご焼き 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
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)	15.00	15.00	
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(だしパック)	5.00	5.00	
みそ(白)	9.20	9.20	大豆
みそ(赤)	2.50	2.50	大豆
水	165.00	165.00	
いろどりたまご焼き(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆、豚肉、ゼラチン
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	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	
三温糖	1.50	1.50	
だしのもと	0.30	0.30	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
水	2.00	2.00	