センター調理小学校
（元郷学校給食センターA献立）

<u>献立実施校</u>

木曽呂小　　上青木南小　柳崎小　　戸塚綾瀬小
在家小

令和６年

川口市学校給食献立日誌

６月

川口市マスコット「きゅぽらん」

川　口　市　教　育　委　員　会

～食物アレルギーに関する留意事項～

〇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、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、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）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、記載しておりません。

〇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。

〇調理場・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。

〇揚げ油は、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。

〇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。

〇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μg/mlの濃度レベル又は数μg/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「きゅぽらん」

センター調理小学校（元郷センターＡ献立）

６ 月 分 献 立 の 栄 養 価

給食日	献立名	ｴﾈﾙｷﾞｰ	蛋白質	脂質	炭水化物	ｶﾙｼｳﾑ	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ	鉄	亜鉛	RE	VB1	VB2	VC	食物繊維	食塩	価格	価格(税込)
6 - 3	かてめし　牛乳　彩の国汁　ゼリーフライ	597	18.5	15.0	89.7	321	81	1.9	2.5	297	0.64	0.46	21	5.5	2.9	245.32	264.95
6 - 4	ごはん　牛乳　まゆ玉汁　いわしのみぞれ煮　ごぼうサラダ	612	21.6	16.4	87.0	395	79	2.3	2.3	287	0.48	0.52	10	3.2	2.7	249.52	269.48
6 - 5	黒パン　牛乳　野菜スープ　ウインナーの香味揚げ　チリコンカン	610	26.0	25.1	69.1	307	71	2.9	2.6	240	0.56	0.50	25	6.8	3.1	227.61	245.82
6 - 6	カレーライス　牛乳　花野菜のサラダ　米粉のいちごクレープ	698	20.1	20.5	106.5	274	71	2.6	2.7	381	0.66	0.45	46	8.5	2.3	284.62	307.39
6 - 7	むさしのうどん　牛乳　狭山茶風味のししゃもフライ　ミニトマト	584	25.9	17.5	72.9	388	86	2.2	2.5	226	0.44	0.55	17	4.6	3.2	298.36	322.23
6 - 10	ごはん　牛乳　いも団子汁　豚肉のねぎみそ焼き　ひじきの煮物	640	23.2	18.8	86.6	317	90	2.7	4.5	256	0.78	0.48	18	3.7	2.7	252.41	272.60
6 - 11	ごはん　牛乳　生姜風味のすまし汁　鶏肉のカレーから揚げ　ほうれん草とツナの炒め物	603	28.9	18.1	78.6	319	93	2.4	3.1	357	0.54	0.54	13	2.9	2.3	291.02	314.30
6 - 12	バターロール　牛乳　オニオンスープ　ハンバーグデミグラスソース　粉ふきいも	597	24.0	23.5	72.7	441	77	7.9	2.5	278	0.41	0.52	27	10.0	3.2	229.95	248.35
6 - 13	こぎつね寿司　牛乳　せんべい汁　さけのマヨネーズ焼き	686	31.3	19.1	82.4	312	88	1.7	2.7	270	0.64	0.53	9	2.7	3.7	268.24	289.70
6 - 14	ミートソーススパゲティ　牛乳　たこナゲット　ブロッコリー	697	27.8	24.3	94.0	291	78	2.0	2.0	658	0.52	0.53	34	6.7	3.1	277.00	299.16
6 - 17	ごはん　牛乳　具だくさんみそ汁　豚肉のゆず香和え　磯香和え	624	27.6	18.1	85.6	326	87	2.1	3.2	282	0.92	0.54	26	4.3	2.9	237.12	256.09
6 - 18	ごはん　牛乳　けんちん汁　さばの辛味焼き　こんにゃくの炒め煮	615	23.7	21.6	76.8	290	84	1.8	2.8	241	0.62	0.56	9	3.2	2.4	254.24	274.58
6 - 19	はちみつパン　牛乳　ラビオリスープ　豆乳かぼちゃグラタン　イタリアンサラダ	592	19.0	23.4	74.5	309	62	1.8	1.8	275	0.30	0.45	16	4.5	3.0	264.26	285.40
6 - 20	ガパオライス　牛乳　わかめスープ　鶏肉の韓国風照り焼き	595	27.7	17.9	75.3	269	75	1.4	3.3	215	0.75	0.52	17	2.4	2.9	276.84	298.99
6 - 21	おっきりこみ　牛乳　みそポテト　さくらんぼ	592	20.3	18.0	88.1	277	64	1.2	1.5	180	0.27	0.45	31	4.4	3.4	292.21	315.59
6 - 24	ごはん　牛乳　マーボー豆腐　しゅうまい　中華風野菜炒め	651	28.9	17.0	91.1	515	138	2.6	3.7	328	0.95	0.54	13	3.3	2.7	255.76	276.22
6 - 25	ごはん　牛乳　呉汁　いかのサラサ揚げ　きんぴられんこん	651	27.6	18.5	87.7	320	92	1.8	2.6	292	0.53	0.41	14	5.3	2.5	242.21	261.59
6 - 26	ツイストパン　牛乳　むさしのシチュー　コーンフライ　フレンチサラダ	626	22.5	24.8	77.6	377	69	1.3	2.0	333	0.34	0.53	31	6.6	3.1	256.22	276.72
6 - 27	ごはん　牛乳　トック入りスープ　豚キムチ炒め　埼玉県産みかんゼリー	631	25.9	13.6	98.1	286	70	1.5	2.8	182	0.82	0.49	59	3.7	2.4	299.96	323.96
6 - 28	たんたんめん　牛乳　ぎょうざ　エリンギの炒め物	654	29.2	24.7	72.4	281	63	1.5	6.5	297	0.55	0.52	17	4.6	3.5	258.31	278.97
合計		12555	499.7	395.9	1666.7	6615	1618	45.6	57.6	5875	11.72	10.09	453	96.9	58.0	5261.18	5682.09
平均		628	25.0	19.8	83.3	331	81	2.3	2.9	294	0.59	0.50	23	4.8	2.9	263.06	284.10
（動物性）			(13.4)	(13.1)													
平均所要栄養量の基準		650	26.8	18.1		350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0		
充足率（%）		97	93	109		95	162	77	145	147	148	125	92	107	145		
PFCバランス（%）		100	16	28	56												

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 3 日 月 曜日

＜献立名＞　かてめし　牛乳　彩の国汁　ゼリーフライ

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	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	80.00	
だいこん（生）	22.22	20.00	
ごぼう（ささがき）	10.00	10.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
干ししいたけ（スライス）	0.50	0.50	
油揚げ（カット・冷凍）	5.00	5.00	大豆
ごま油	0.30	0.30	ごま
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	1.20	1.20	
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
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）	12.37	12.00	
こまつな（生）	14.12	12.00	
さといも（いちょう）	15.00	15.00	
ながねぎ（生）	16.67	10.00	
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	140.00	140.00	
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（ボトル）	5.00	5.00	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 4 日 火 曜日

＜献立名＞　ごはん　牛乳　まゆ玉汁　いわしのみぞれ煮　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　（低）	60.00	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
まゆ玉だんご（冷凍）	30.00	30.00	
だいこん（生）	22.22	20.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
ながねぎ（生）	16.67	10.00	
ほうれんそう（冷凍）	10.00	10.00	
みそ（赤）	2.00	2.00	大豆
みそ（白）	10.00	10.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
いわしのみぞれ煮（冷凍）	1個	40.00	小麦、大豆
ごぼう（ささがき）	15.00	15.00	
にんじん（生）	12.37	12.00	
きゅうり（生）	7.14	7.00	
プレスハム（短冊）	4.00	4.00	豚肉
三温糖	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
穀物酢	1.00	1.00	
すりごま（白）	0.60	0.60	ごま
マヨネーズ（卵抜き・調理用）	4.00	4.00	大豆

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和６年６月５日 水 曜日

＜献立名＞　黒パン　牛乳　野菜スープ　ウインナーの香味揚げ　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　（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
鶏むねこま（皮つき）	15.00	15.00	鶏肉
キャベツ（生）	29.41	25.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
たまねぎ（生）	15.96	15.00	
じゃがいも（生）	27.78	25.00	
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
こしょう（白）	0.01	0.01	
食塩	0.70	0.70	
水	140.00	140.00	
ウィンナーソーセージFe入り	2個	30.00	豚肉
小麦粉	2.50	2.50	小麦
ごま・いり（黒）	0.20	0.20	ごま
カレー粉	0.05	0.05	
水	2.50	2.50	
なたね油（揚油）	3.00	3.00	
大豆（冷凍）	6.00	6.00	大豆
ひよこ豆	6.00	6.00	
たまねぎ（生）	10.64	10.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
ホールコーン（冷凍）	4.00	4.00	
豚肉（もも・ひき）	15.00	15.00	豚肉
にんにく（生）	0.22	0.20	
しょうが（生）	0.25	0.20	
オリーブ油	1.00	1.00	
トマトピューレ	12.00	12.00	
トマトケチャップ	6.00	6.00	
ウスターソース	1.00	1.00	
チリパウダー	0.08	0.08	
三温糖	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	0.30	0.30	小麦、大豆
食塩	0.20	0.20	
こしょう（白）	0.01	0.01	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 6 日 木 曜日

＜献立名＞　カレーライス　牛乳　花野菜のサラダ　米粉のいちごクレープ

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	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	80.00	
豚肉（もも・こま）	15.00	15.00	豚肉
たまねぎ（生）	31.91	30.00	
たまねぎ（スライス・冷凍）	10.00	10.00	大豆
にんじん（生）	20.62	20.00	
じゃがいも（生）	44.44	40.00	
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	2.00	2.00	
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
ブロッコリー（冷凍）	25.00	25.00	
カリフラワー（冷凍）	25.00	25.00	
たまねぎドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	小麦、大豆、りんご
米粉クレープ（いちご・冷凍）	1個	35.00	大豆

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 7 日 金 曜日

＜献立名＞　むさしのうどん　牛乳　狭山茶風味のししゃもフライ　ミニトマト

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
豚肉（もも・こま）	18.00	18.00	豚肉
油揚げ（カット・冷凍）	6.00	6.00	大豆
にんじん（生）	10.31	10.00	
さといも（いちょう）	20.00	20.00	
こまつな（生）	11.76	10.00	
干ししいたけ（スライス）	0.50	0.50	
えのきたけ（バラカット）	5.00	5.00	
ぶなしめじ（バラカット）	5.00	5.00	
ながねぎ（生）	5.00	3.00	
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	140.00	140.00	
牛乳	1個	206.00	乳
子持ちししゃも狭山茶フライ（冷凍）	2個	40.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）	4.00	4.00	
ミニトマト（生）	2個	21.56	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 10 日 月 曜日

＜献立名＞　ごはん　牛乳　いも団子汁　豚肉のねぎみそ焼き　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　（低）	60.00	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも団子(冷凍)	30.00	30.00	
油揚げ（カット・冷凍）	5.00	5.00	大豆
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	
ながねぎ（生）	8.33	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	140.00	140.00	
豚肉（ロース・切り身）	1個	40.00	豚肉
ながねぎ（生）	5.00	3.00	
三温糖	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
みそ（赤）	3.00	3.00	大豆
清酒	2.00	2.00	
みりん（本みりん）	2.00	2.00	
なたね油	0.10	0.10	
ひじき	2.00	2.00	
大豆（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	
糸こんにゃく	5.00	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.30	0.30	
三温糖	2.50	2.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	5.00	5.00	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 11 日 火 曜日

＜献立名＞　ごはん　牛乳　生姜風味のすまし汁　鶏肉のカレーから揚げ　ほうれん草とツナの炒め物

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	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐（木綿）	30.00	30.00	大豆
かまぼこ（冷凍）	12.00	12.00	
にんじん（生）	12.37	12.00	
小松菜（冷凍）	15.00	15.00	
えのきたけ（バラカット）	10.00	10.00	
しょうが（生）	0.63	0.50	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
鶏もも（皮なし）	2個	50.00	鶏肉
にんにく（生）	0.22	0.20	
清酒	0.80	0.80	
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
カレー粉	0.20	0.20	
でん粉（じゃがいも）	9.00	9.00	
なたね油（揚油）	5.00	5.00	
ほうれんそう（冷凍）	20.00	20.00	
ライトツナ（水煮・レトルト）	12.00	12.00	
にんじん（生）	8.25	8.00	
たまねぎ（生）	8.51	8.00	
食塩	0.20	0.20	
こしょう（白）	0.01	0.01	
なたね油	0.50	0.50	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 12 日 水 曜日

＜献立名＞　バターロール　牛乳　オニオンスープ　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
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
ショルダーベーコン（短冊）	12.00	12.00	豚肉
にんじん（生）	25.77	25.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
たまねぎ（スライス・冷凍）	20.00	20.00	大豆
オリーブ油	0.35	0.35	
こいくちしょうゆ	1.70	1.70	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
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
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	
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（葉・生）	0.33	0.30	
食塩	0.20	0.20	
こしょう（白）	0.01	0.01	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 13 日 木 曜日

＜献立名＞　こぎつね寿司　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
酢めし　（低）	60.00	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	80.00	
油揚げ（カット・冷凍）	15.00	15.00	大豆
豚肉（もも・ひき）	12.00	12.00	豚肉
にんじん（生）	15.46	15.00	
さやえんどう（冷凍）	5.00	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.50	0.50	
三温糖	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.20	1.20	
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)	6.00	6.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
だいこん（生）	22.22	20.00	
ながねぎ（生）	16.67	10.00	
干ししいたけ（スライス）	0.80	0.80	
せんべい（砕き）	5.00	5.00	小麦
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	150.00	150.00	
さけ切り身（冷凍）	1個	40.00	さけ
みそ（白）	2.40	2.40	大豆
マヨネーズ（卵抜き・調理用）	8.00	8.00	大豆
穀物酢	1.40	1.40	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 14 日 金 曜日

＜献立名＞　ミートソーススパゲティ　牛乳　たこナゲット　ブロッコリー

食　品　名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
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
豚肉（もも・ひき）	25.00	25.00	豚肉
にんじん（生）	36.08	35.00	
たまねぎ（生）	53.19	50.00	
たまねぎ（スライス・冷凍）	7.00	7.00	大豆
エリンギ（冷凍）	8.00	8.00	
にんにく（生）	0.33	0.30	
オリーブ油	0.50	0.50	
トマトケチャップ	24.00	24.00	
中濃ソース	3.90	3.90	
ハヤシルウ	7.00	7.00	小麦、大豆、豚肉
デミグラスソース	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
鶏レバーペースト	1.00	1.00	鶏肉
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	1.00	1.00	
こしょう（白）	0.03	0.03	
食塩	0.10	0.10	
水	60.00	60.00	
牛乳	1個	206.00	乳
たこナゲット（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）	40.00	40.00	
ごまドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 17 日 月 曜日

＜献立名＞　ごはん　牛乳　具だくさんみそ汁　豚肉のゆず香和え　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	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも（生）	22.22	20.00	
だいこん（生）	13.33	12.00	
にんじん（生）	12.37	12.00	
豆腐（木綿）	20.00	20.00	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	
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	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
清酒	1.40	1.40	
ゆず果汁（冷凍）	1.70	1.70	
ほうれんそう（冷凍）	20.00	20.00	
はくさい（生）	26.60	25.00	
あおさ（粉末）	0.01	0.01	
かつお節（砕片）	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.20	2.20	小麦、大豆

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 18 日 火 曜日

＜献立名＞　ごはん　牛乳　けんちん汁　さばの辛味焼き　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　（低）	60.00	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
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）	20.00	20.00	
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	7.00	7.00	小麦、大豆
食塩	0.50	0.50	
水	130.00	130.00	
さばの辛味焼き（冷凍）	1個	40.00	小麦、大豆、さば、ごま、りんご
なたね油	0.10	0.10	
豚肉（もも・こま）	12.00	12.00	豚肉
板こんにゃく	28.00	28.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
さやえんどう（冷凍）	3.00	3.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.30	0.30	
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.20	1.20	
みりん（本みりん）	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 19 日 水 曜日

＜献立名＞　はちみつパン　牛乳　ラビオリスープ　豆乳かぼちゃグラタン　イタリアンサラダ

食　品　名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
はちみつパン　（低）	1個	30.00	乳、小麦、大豆
はちみつパン　（中）	1個	40.00	乳、小麦、大豆
はちみつパン(1コ取り)　（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）	15.00	15.00	小麦、豚肉
鶏ももこま（皮つき）	12.00	12.00	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）	8.00	8.00	
ほうれんそう（冷凍）	10.00	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	
豆乳かぼちゃグラタン（冷凍）	1個	40.00	大豆
なたね油	0.10	0.10	
キャベツ（生）	21.18	18.00	
にんじん（生）	8.25	8.00	
きゅうり（生）	8.16	8.00	
プレスハム（短冊）	6.00	6.00	豚肉
イタリアンドレッシング（調理用）	6.00	6.00	大豆

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 20 日 木 曜日

＜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	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	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	0.10	0.10	
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	0.20	0.20	
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Ａ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 21 日 金 曜日

＜献立名＞　おっきりこみ　牛乳　みそポテト　さくらんぼ

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）　（低）	1個	60.00	小麦
地粉うどん（平打ち）　（中）	1個	70.00	小麦
地粉うどん（平打ち）　（高）	1個	80.00	小麦
鶏ももこま（皮つき）	20.00	20.00	鶏肉
にんじん（生）	10.31	10.00	
だいこん（生）	11.11	10.00	
さといも（いちょう）	25.00	25.00	
こまつな（生）	9.41	8.00	
ながねぎ（生）	8.33	5.00	
干ししいたけ（スライス）	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	11.00	11.00	小麦、大豆
みりん（本みりん）	1.00	1.00	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.50	0.50	
水	140.00	140.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも（乱切り）	55.00	55.00	
小麦粉	2.40	2.40	小麦
なたね油（揚油）	6.00	6.00	
こいくちしょうゆ	1.10	1.10	小麦、大豆
みそ（白）	4.40	4.40	大豆
三温糖	3.30	3.30	
清酒	0.70	0.70	
みりん（本みりん）	0.70	0.70	
水	2.20	2.20	
さくらんぼ(生)	2個	12.00	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 24 日 月 曜日

＜献立名＞　ごはん　牛乳　マーボー豆腐　しゅうまい　中華風野菜炒め

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	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	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	
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	
ポークしゅうまい（冷凍）	2個	36.00	小麦、豚肉
たまねぎ（生）	12.77	12.00	
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
なたね油	0.50	0.50	
中華スープのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こしょう（白）	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
ごま油	0.30	0.30	ごま

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 25 日 火 曜日

＜献立名＞　ごはん　牛乳　呉汁　いかのサラサ揚げ　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	(低)	60.00	60.00	
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）		5.00	5.00	豚肉
ごぼう(半月)		5.00	5.00	
にんじん（生）		8.25	8.00	
だいこん（生）		11.11	10.00	
じゃがいも（生）		16.67	15.00	
ほうれんそう（冷凍）		10.00	10.00	
油揚げ（カット・冷凍）		5.00	5.00	大豆
大豆（冷凍）		18.00	18.00	大豆
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	
いか（切り身・冷凍）		1個	40.00	いか
三温糖		0.50	0.50	
こいくちしょうゆ		1.60	1.60	小麦、大豆
でん粉（じゃがいも）		7.00	7.00	
カレー粉		0.40	0.40	
なたね油（揚油）		4.00	4.00	
れんこん水煮(いちょう切り)		20.00	20.00	
にんじん（生）		15.46	15.00	
鶏むねひき肉（皮つき）		5.00	5.00	鶏肉
ごま・いり（白）		1.00	1.00	ごま
なたね油		0.50	0.50	
三温糖		1.80	1.80	
こいくちしょうゆ		3.00	3.00	小麦、大豆
清酒		1.00	1.00	
水		5.00	5.00	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 26 日 水 曜日

＜献立名＞　ツイストパン　牛乳　むさしのシチュー　コーンフライ　フレンチサラダ

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
じゃがいも（生）	27.78	25.00	
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）	20.62	20.00	
ブロッコリー（冷凍）	15.00	15.00	
なたね油	0.10	0.10	
ホワイトルウ	8.00	8.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	50.00	50.00	乳
コンソメのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.50	0.50	
こしょう（白）	0.03	0.03	
水	65.00	65.00	
コーンフライ（冷凍）	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）	4.00	4.00	
キャベツ（生）	21.18	18.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
プレスハム（短冊）	8.00	8.00	豚肉
きゅうり（生）	10.20	10.00	
オリーブ油	2.50	2.50	
穀物酢	1.20	1.20	
食塩	0.40	0.40	
こしょう（白）	0.01	0.01	
三温糖	0.40	0.40	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 27 日 木 曜日

＜献立名＞　ごはん　牛乳　トック入りスープ　豚キムチ炒め　埼玉県産みかんゼリー

食　品　名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米　（低）	60.00	60.00	
（中）	70.00	70.00	
（高）	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま（皮つき）	15.00	15.00	鶏肉
トック	30.00	30.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
えのきたけ（バラカット）	4.00	4.00	
干ししいたけ（スライス）	0.50	0.50	
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
ながねぎ（生）	6.67	4.00	
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	145.00	145.00	
豚肉（もも・こま）	35.00	35.00	豚肉
キムチ（ノンアレルギー・冷凍）	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
キャベツ（生）	41.18	35.00	
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
にら（生）	5.26	5.00	
ながねぎ（生）	16.67	10.00	
しょうが（生）	0.25	0.20	
にんにく（生）	0.22	0.20	
みそ（赤）	5.50	5.50	大豆
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
三温糖	0.55	0.55	
清酒	1.60	1.60	
ごま油	0.60	0.60	ごま
寄居町みかんゼリー（冷凍）	1個	40.00	

センター調理小学校
（元郷センターＡ献立）

給　食　日　誌

令和 6 年 6 月 28 日 金 曜日

＜献立名＞　たんたんめん　牛乳　ぎょうざ　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　（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）	20.00	20.00	豚肉
チンゲンサイ（生）	11.76	10.00	
えのきたけ（バラカット）	8.00	8.00	
ながねぎ（生）	8.33	5.00	
にんじん（生）	15.46	15.00	
にんにく（生）	0.22	0.20	
しょうが（生）	0.25	0.20	
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
黒ソース（冷凍）	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、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	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ぎょうざ（冷凍）	2個	40.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油（揚油）	4.00	4.00	
エリンギ（しなちくカット）	20.00	20.00	
にんじん（生）	12.37	12.00	
パプリカ（黄）	3.33	3.00	
ショルダーベーコン（短冊）	6.00	6.00	豚肉
こいくちしょうゆ	0.80	0.80	小麦、大豆
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	