

# センター調理中学校 (元郷学校給食センター献立)

## 献立実施校

在家中

小谷場中

芝東中

芝西中

芝中

岸川中

北中

幸並中

上青木中

青木中

令和6年

## 川口市学校給食献立日誌

9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、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、マカダミアナッツ、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。
- 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 $\mu\text{g/ml}$ の濃度レベル又は数 $\mu\text{g/mg}$ 含有レベルに満たない食品についても、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」



センター調理中学校  
(元郷センター献立)

給食日誌

令和6年9月3日 火曜日

<献立名> チキンカレー 牛乳 キャベツと大根とじゃこのサラダ シークワーサーゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
麦ごはん	100.00	100.00	
鶏むねこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
しょうが(生)	1.25	1.00	
にんにく(生)	0.54	0.50	
カレーフレーク	16.00	16.00	小麦
たまねぎ(スライス・冷凍)	25.00	25.00	大豆
トマトケチャップ	3.00	3.00	
中濃ソース	3.00	3.00	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
カレー粉	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
こしょう(白)	0.03	0.03	
鶏レバーペースト	1.00	1.00	鶏肉
ガラムマサラ(粉末)	0.01	0.01	
なたね油	0.50	0.50	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
キャベツ(生)	29.41	25.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ちりめんじゃこ(冷凍)	3.00	3.00	
たまねぎドレッシング(調理用)	6.00	6.00	小麦、大豆、りんご
シークワーサーゼリー(冷凍)	1個	50.00	

<献立名> ごはん 牛乳 みそ汁 鶏のから揚げ 和風サラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも(生)	16.67	15.00	
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	13.00	13.00	大豆
水	150.00	150.00	
鶏むね肉(皮なし)	2個	50.00	鶏肉
しょうが(生)	0.50	0.40	
にんにく(生)	0.22	0.20	
三温糖	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
こまつな(生)	9.41	8.00	
プレスハム(短冊)	9.00	9.00	豚肉
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	1.50	1.50	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

給食日誌

令和6年9月5日 木曜日

<献立名> たんたんめん 牛乳 ぎょうざ いんげんとコーンのソテー

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	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
チンゲンサイ(生)	17.65	15.00	
えのきたけ(バラカット)	8.00	8.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
しょうが(生)	0.38	0.30	
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)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
ラー油	0.20	0.20	大豆、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	160.00	160.00	
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	
いんげん(冷凍)	20.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

給食日誌

令和6年9月6日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 いわしの梅しょうゆ煮 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
板こんにゃく	12.00	12.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
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	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
いわし梅醤油煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
ごぼう(せん切り)	8.00	8.00	
にんじん(せん切り)	10.00	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
さつまあげ(冷凍)	10.00	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	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
清酒	2.50	2.50	
とうがらし	0.01	0.01	
水	5.00	5.00	

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

給食日誌

令和6年9月9日月曜日

<献立名> バターロール 牛乳 ミネストローネ 鶏肉のレモン風味 ポテトサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
バターロールクレーセント	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
キャベツ(生)	35.29	30.00	
ショルダーベーコン(短冊)	5.00	5.00	豚肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
パプリカ(黄)	3.33	3.00	
トマトピューレ	8.00	8.00	
トマト(カット)	15.00	15.00	
パンプキンペースト(冷凍)	12.00	12.00	
白いんげん(レトルト)	10.00	10.00	
マカロニ(シェル・乾)	5.00	5.00	小麦
にんにく(生)	0.33	0.30	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
オリーブ油	1.00	1.00	
三温糖	0.20	0.20	
食塩	1.00	1.00	
こしょう(白)	0.01	0.01	
水	125.00	125.00	
鶏むね肉(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
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	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
レモン汁	3.00	3.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
きゅうり(生)	5.10	5.00	
プレスハム(短冊)	5.00	5.00	豚肉
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.02	0.02	
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	5.00	5.00	大豆



センター調理中学校  
(元郷センター献立)

### 給食日誌

令和6年9月10日 火曜日

<献立名> 鶏ごぼうごはん 牛乳 根菜のみそ汁 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	100.00	100.00	
鶏むねこま(皮つき)	18.00	18.00	鶏肉
ごぼう(ささがき)	18.00	18.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
えだまめ(冷凍)	3.00	3.00	大豆
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
だしのもと	0.30	0.30	
清酒	3.00	3.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
牛乳	1個	206.00	乳
だいこん(生)	22.22	20.00	
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
さばの塩こうじ焼き(冷凍)	1個	50.00	さば

<献立名> ごはん 牛乳 わんたんスープ タッカルビ 冷凍みかん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
生わんたん(冷凍)	20.00	20.00	小麦、大豆、豚肉
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.03	0.03	
水	160.00	160.00	
鶏もも一口大(皮つき)	40.00	40.00	鶏肉
さつまいも(角切り)	30.00	30.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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	
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	15.00	15.00	
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	
冷凍みかん	1個	70.00	

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

給食日誌

令和6年9月12日 木曜日

<献立名> 秋野菜うどん 牛乳 いかのサラサ揚げ 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
地粉うどん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
なす(生)	13.33	12.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	8.00	8.00	
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	14.00	14.00	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	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いか(切り身・冷凍)	1個	60.00	いか
三温糖	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	8.00	8.00	
カレー粉	0.50	0.50	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
エリンギ(しなちくカット)	15.00	15.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
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	1.20	1.20	小麦、大豆
オイスターソース	0.50	0.50	
なたね油	0.30	0.30	

<献立名> ごはん 牛乳 すまし汁 みそかつ 刻み昆布の炒め煮

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
えのきたけ(バラカット)	8.00	8.00	
だしのもと	1.00	1.00	
清酒	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
食塩	0.90	0.90	
水	150.00	150.00	
とんかつ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
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	
刻み昆布	2.00	2.00	
切り干し大根	2.00	2.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
豚肉(もも・こま)	8.00	8.00	豚肉
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
なたね油	0.30	0.30	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
だしのもと	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

給食日誌

令和6年9月17日 火曜日

<献立名> 里芋としめじのごはん 牛乳 月見団子汁 さわらの西京焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
鶏むねこま(皮つき)	5.00	5.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
ぶなしめじ(バラカット)	10.00	10.00	
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	1.00	1.00	
なたね油	0.80	0.80	
牛乳	1個	206.00	乳
白玉もち(冷凍)	35.00	35.00	
だいこん(生)	27.78	25.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
だしのもと	1.00	1.00	
食塩	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
さわら西京焼き(冷凍)	1個	50.00	大豆

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

### 給食日誌

令和6年9月19日 木曜日

<献立名> ミートソーススパゲティ 牛乳 フルーツポンチ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトめん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・ひき)	30.00	30.00	豚肉
にんにく(生)	0.33	0.30	
たまねぎ(生)	47.87	45.00	
にんじん(生)	30.93	30.00	
エリンギ(しなちくカット)	12.00	12.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	25.00	25.00	大豆
トマトピューレ	10.00	10.00	
トマトケチャップ	28.00	28.00	
中濃ソース	4.60	4.60	
ハヤシルウ	7.00	7.00	小麦、大豆、豚肉
デミグラスソース	7.00	7.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	1.20	1.20	
こしょう(白)	0.03	0.03	
なたね油	0.60	0.60	
水	60.00	60.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ミックスフルーツ	45.00	45.00	りんご、もも
カットゼリー(ぶどう・冷凍)	25.00	25.00	
みかん(レトルト)	20.00	20.00	

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 パオズ 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(冷凍)	120.00	120.00	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)	16.67	10.00	
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)	6.00	6.00	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	1.50	1.50	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)	1.50	1.50	
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	
肉パオズ(冷凍)	2個	60.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
もやし(生)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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
三温糖	1.20	1.20	
ごま油	0.70	0.70	ごま
ラー油	0.03	0.03	大豆、ごま
にんにく(生)	0.22	0.20	

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

給食日誌

令和6年9月24日 火曜日

<献立名> 三色そばろごはん 牛乳 みそ汁 きれいの甘酢あんかけ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
豚肉(もも・ひき)	30.00	30.00	豚肉
しょうが(生)	0.50	0.40	
炒りたまご(冷凍)	20.00	20.00	卵、大豆
グリーンピース(冷凍)	3.00	3.00	
清酒	1.00	1.00	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
なたね油	0.50	0.50	
牛乳	1個	206.00	乳
だいこん(生)	33.33	30.00	
たまねぎ(生)	19.15	18.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
こまつな(生)	14.12	12.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	13.00	13.00	大豆
水	150.00	150.00	
きれいの立田揚(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
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	5.00	5.00	
穀物酢	2.50	2.50	
でん粉(じゃがいも)	0.70	0.70	
水	10.00	10.00	



センター調理中学校  
(元郷センター献立)

給食日誌

令和6年9月25日水曜日

<献立名> わかめごはん 牛乳 せんべい汁 鶏肉のごまだれ 白菜の煮浸し

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
わかめごはん	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
豆腐(木綿)	15.00	15.00	大豆
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
小松菜(冷凍)	12.00	12.00	
せんべい(砕き)	8.00	8.00	小麦
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	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
鶏もも(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
三温糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
穀物酢	1.50	1.50	
すりごま(白)	4.00	4.00	ごま
水	3.00	3.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
だしのもと	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

給食日誌

令和6年9月26日 木曜日

<献立名> 長崎ちゃんぽん 牛乳 春巻 ツナと野菜のソテー

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	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
かまぼこ(冷凍)	12.00	12.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
しょうが(生)	0.50	0.40	
にんにく(生)	0.43	0.40	
なたね油	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	0.30	0.30	小麦、大豆
オイスターソース	2.00	2.00	
豚骨ラーメンスープ(レトルト)	10.00	10.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
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	0.40	0.40	ごま
豆乳	20.00	20.00	大豆
水	130.00	130.00	
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	
ライトツナ(水煮・レトルト)	12.00	12.00	大豆
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆

<献立名> ごはん 牛乳 じぶ煮 厚焼きたまご 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
焼きふ	7.00	7.00	小麦
鶏もも一口大(皮つき)	40.00	40.00	鶏肉
だいこん(生)	33.33	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
干しいたけ(スライス)	1.00	1.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
だしのもと	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
清酒	2.00	2.00	
三温糖	2.50	2.50	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	100.00	100.00	
厚焼きたまご(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆、さば
ひじき	2.50	2.50	
豚肉(もも・ひき)	5.00	5.00	豚肉
大豆(冷凍)	3.00	3.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(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	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	10.00	10.00	

<献立名> 黒パン 牛乳 コーンポタージュ 鮭フライ 青菜のソテー

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
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
クリームコーン(冷凍)	30.00	30.00	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
ホワイトルウ	6.00	6.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	80.00	80.00	乳
パセリ(乾)	0.02	0.02	
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
なたね油	1.00	1.00	
水	80.00	80.00	
鮭フライ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さけ
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
こまつな(生)	32.94	28.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ショルダーベーコン(短冊)	12.00	12.00	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	