

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

10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。
- 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」



給食日誌

<献立名> ごはん 牛乳 きりたんぼ汁 さけフライ ひじきの五目煮

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
鶏ももこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
はくさい(生)	34.04	32.00	
まいたけ(バラカット)	6.00	6.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
きりたんぼ(冷凍)	25.00	25.00	
なたね油	0.60	0.60	
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	5.50	5.50	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
鮭フライ(冷凍)	1個	50.00	小麦、さけ
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
ひじき	1.50	1.50	
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	6.19	6.00	
大豆(冷凍)	8.00	8.00	大豆
糸こんにゃく	5.00	5.00	
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	2.00	2.00	小麦、大豆
水	5.00	5.00	

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 パオズ 海藻サラダ

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)	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
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	
肉パオズ(冷凍)	2個	60.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
海藻ミックス	0.50	0.50	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	30.00	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> ねぎまうどん 牛乳 いかとえびのかき揚げ 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	
鶏ももこま(皮つき)	25.00	25.00	鶏肉
ながねぎ(生)	25.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
油揚げ	10.00	10.00	大豆
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
えびといかのかき揚げ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、えび、いか
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
オレンジ(生)	1/6個	19.00	オレンジ

<献立名> ビビンパ 牛乳 トック入りスープ きのこしゅうまい

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(ロース・せん切り)	40.00	40.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
にんじん(生)	20.62	20.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
清酒	0.40	0.40	
三温糖	1.00	1.00	
穀物酢	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
みそ(赤)	1.20	1.20	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	
トック	25.00	25.00	
カットわかめ	0.90	0.90	
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	170.00	170.00	
きのこしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、大豆、豚肉

給食日誌

令和6年10月7日月曜日

<献立名> ツイストパン 牛乳 キャベツと肉団子のスープ 白身魚の香草フライ 枝豆のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ツイストパン	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	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
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）	5.00	5.00	
ほうれんそう（生）	13.33	12.00	
食塩	0.30	0.30	
コンソメのもと	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	
水	150.00	150.00	
白身魚の香草フライ（冷凍）	1個	60.00	
なたね油（揚油）	6.00	6.00	
えだまめ（冷凍）	10.00	10.00	大豆
にんじん（生）	10.31	10.00	
もやし（生）	20.00	20.00	
イタリアンドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 のっぺい汁 あんかけハンバーグ こまつな炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	18.00	18.00	鶏肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ごぼう(生)	11.11	10.00	
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
食塩	0.90	0.90	
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	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	
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	
こまつな(生)	25.88	22.00	
キャベツ(生)	5.88	5.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ライトツナ(油漬・レトルト)	15.00	15.00	大豆
食塩	0.02	0.02	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	0.80	0.80	

給食日誌

令和6年10月9日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 切り干し大根のごまみそ汁 かつおカツ 厚揚げの炒め煮

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
切り干し大根	4.00	4.00	
にんじん(生)	18.56	18.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
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)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	170.00	170.00	
かつおカツ(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	
豚肉(もも・こま)	12.00	12.00	豚肉
絹厚揚げ(冷凍)	25.00	25.00	大豆
こまつな(生)	5.88	5.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.20	1.20	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
水	2.00	2.00	

<献立名> 塩ラーメン 牛乳 春巻 花野菜サラダ 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
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)	10.00	10.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
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	1.90	1.90	
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
春巻(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
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	
ブルーベリーゼリー(冷凍)	1個	50.00	

<献立名> きんぴらごはん 牛乳 呉汁 いろどりたまご焼き

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	
鶏ももこま(皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
ごぼう(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
干しいたけ(スライス)	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
三温糖	1.80	1.80	
とうがらし	0.01	0.01	
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

<献立名> カレーライス 牛乳 温野菜サラダ 青りんごゼリー

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	
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	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
和風ドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	
青りんごゼリー(冷凍)	1個	30.00	りんご

<献立名> ごはん 牛乳 わかめと豆腐のスープ 鶏肉の韓国風ソースがけ 小松菜ともやし  
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
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	12.77	12.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
えのきたけ(バラカット)	6.00	6.00	
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
カットわかめ	0.90	0.90	
食塩	0.30	0.30	
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	3.50	3.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.60	0.60	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
水	165.00	165.00	
鶏もも(皮つき)	2個	50.00	鶏肉
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
にんにく(生)	0.11	0.10	
コチュジャン	0.10	0.10	大豆
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	0.60	0.60	
三温糖	1.20	1.20	
清酒	1.20	1.20	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
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	
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> ごまみそうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 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	210.00	210.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ぶなしめじ(バラカット)	10.00	10.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
ごま・いり(白)	3.00	3.00	ごま
すりごま(白)	3.00	3.00	ごま
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
みそ(白)	11.00	11.00	大豆
三温糖	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
焼きちくわ(4分の1カット)	2個	50.00	
小麦粉	6.00	6.00	小麦
あおのり	0.08	0.08	
水	8.50	8.50	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
温州みかん(生)	1個	80.00	

<献立名> ふき寄せごはん 牛乳 すまし汁 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	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	12.00	12.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
ぶなしめじ(バラカット)	9.00	9.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	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	2.00	2.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
カットわかめ	0.60	0.60	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
食塩	1.10	1.10	
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	170.00	170.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば

<献立名> フラワーロール 牛乳 さつまいもときのこのクリームシチュー ミートボール  
のトマトソースがけ りんご

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
フラワーロール	1個	70.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま（皮つき）	15.00	15.00	鶏肉
にんじん（生）	12.37	12.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
エリンギ（しなちくカット）	6.00	6.00	
ぶなしめじ（バラカット）	12.00	12.00	
さつまいも（角切り）	35.00	35.00	
ぶどう酒（白）	2.20	2.20	
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）	65.00	65.00	乳
水	75.00	75.00	
肉団子（冷凍）	50.00	50.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
たまねぎ（生）	8.51	8.00	
にんにく（生）	0.11	0.10	
なたね油	0.30	0.30	
トマト（カット）	8.00	8.00	
ぶどう酒（白）	2.40	2.40	
コンソメのもと	0.24	0.24	大豆、鶏肉、豚肉
ローリエ	0.01	0.01	
三温糖	0.20	0.20	
食塩	0.05	0.05	
こしょう（白）	0.01	0.01	
でん粉（じゃがいも）	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
りんご（生）	1/8個	28.65	りんご

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 とんかつ キャベツサラダ

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)	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)	10.00	6.00	
しょうが(生)	0.75	0.60	
さといも(いちょう)	17.00	17.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
板こんにゃく	6.00	6.00	
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	155.00	155.00	
とんかつ(冷凍)	2個	60.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
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)	10.00	10.00	
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> ごはん 牛乳 ジャがいもとわかめのみそ汁 さんまのかんろ煮 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
ジャがいも(生)	38.89	35.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
油揚げ	8.00	8.00	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	165.00	165.00	
さんまのかんろ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
れんこん(いちょう)	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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	
だしのもと	0.50	0.50	
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	

<献立名> ごぼうにやミートソーススパゲティ 牛乳 チキンナゲット わかめのサラダ

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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
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	
カットわかめ	0.80	0.80	
にんじん(生)	10.31	10.00	
キャベツ(生)	29.41	25.00	
ごまドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	大豆、ごま

給食日誌

<献立名> ごはん 牛乳 なめこ汁 豚肉のしょうが炒め 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
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
なめこ(冷凍)	13.00	13.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
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	
豚肉(ロース・スライス)	35.00	35.00	豚肉
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
しょうが(生)	1.25	1.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
清酒	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
三温糖	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	2.00	2.00	
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
板こんにゃく	20.00	20.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.40	1.40	
だしのもと	0.50	0.50	
清酒	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
水	2.00	2.00	

<献立名> さきたまライスボール 牛乳 押麦入り野菜スープ 花豆コロッケ 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
ライスボール	1個	50.00	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)	15.00	15.00	豚肉
じゃがいも(生)	25.56	23.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
おおむぎ(押麦)	4.00	4.00	
チキンブイヨン(冷凍)	10.00	10.00	鶏肉
なたね油	0.50	0.50	
パセリ(乾)	0.01	0.01	
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	1.00	1.00	小麦、大豆
こしょう(白)	0.01	0.01	
食塩	0.70	0.70	
水	155.00	155.00	
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	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
塩中華ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> 高野豆腐のそぼろごはん 牛乳 秋野菜のみそ汁 たらの甘酢あんかけ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
凍り豆腐	5.00	5.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	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	2.50	2.50	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
さつまいも(角切り)	30.00	30.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
れんこん(いちょう)	10.00	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
ごぼう(生)	5.56	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	
たらの竜田揚げ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
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	4.00	4.00	小麦、大豆
穀物酢	2.50	2.50	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	12.00	12.00	

<献立名> キャロットピラフ 牛乳 パンプキンポタージュ ハンバーグデミグラスソース  
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
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)	15.00	15.00	豚肉
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
パンプキンペースト(冷凍)	38.00	38.00	
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	1.00	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)	80.00	80.00	乳
水	75.00	75.00	
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	
たまねぎ(生)	8.51	8.00	
デミグラスソース	6.50	6.50	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	6.50	6.50	
なたね油	0.20	0.20	
水	2.00	2.00	
ほうれんそう(生)	33.33	30.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
ぶなしめじ(バラカット)	8.00	8.00	
なたね油	0.40	0.40	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.02	0.02	

給食日誌

令和6年10月31日 木曜日

<献立名> 五目ラーメン 牛乳 ひじきぎょうざ ブロッコリー ミックスベリープリン

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)	25.00	25.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
がらスープ(レトルト)	15.00	15.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	1.00	1.00	
こしょう(白)	0.02	0.02	
でん粉(じゃがいも)	1.50	1.50	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ひじきぎょうざ(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)	40.00	40.00	
かんきつドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、りんご、オレンジ
ミックスベリープリン(冷凍)	1個	40.00	大豆