

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

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」

<献立名> ふき寄せごはん 牛乳 すいとん 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	100.00	100.00	
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
さつまいも(角切り)	10.00	10.00	
れんこん水煮(いちょう切り)	5.00	5.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.30	1.30	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
清酒	1.50	1.50	
牛乳	1個	206.00	乳
すいとん(乳・卵抜き・冷凍)	30.00	30.00	小麦
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
油揚げ(カット・冷凍)	3.00	3.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
こまつな(生)	9.41	8.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
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	0.70	0.70	
水	140.00	140.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば、りんご、ごま

<献立名> ごはん 牛乳 呉汁 鶏のから揚げ 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
ごぼう(半月)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
じゃがいも(生)	22.22	20.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
大豆(冷凍)	20.00	20.00	大豆
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
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	
鶏もも(皮なし)	2個	50.00	鶏肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
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	
プレスハム(短冊)	5.00	5.00	豚肉
キャベツ(生)	29.41	25.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
中華スープのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	0.60	0.60	小麦、大豆
食塩	0.10	0.10	
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10月3日 木曜日

<献立名> カレーうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ ほうれん草とえのきの煮浸し

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)	25.00	25.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
だしのもと	1.00	1.00	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	13.00	13.00	小麦、大豆
カレー粉	0.30	0.30	
カレーフレーク	8.00	8.00	小麦
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	150.00	150.00	
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
あおさ(粉末)	0.08	0.08	
水	4.00	4.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
ほうれんそう(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	
だしのもと	0.30	0.30	

<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	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)	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)	0.50	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	
テンメンジャン	4.00	4.00	小麦、大豆、ごま
清酒	3.00	3.00	
みそ(赤)	6.00	6.00	大豆
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
黒ソース(冷凍)	1.20	1.20	小麦、大豆、鶏肉、ごま
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
ごま油	0.30	0.30	ごま
三温糖	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	1.50	1.50	
水	25.00	25.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
もやし(生)	35.00	35.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
こまつな(生)	17.65	15.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	1.20	1.20	
ラー油	0.03	0.03	大豆、ごま
ごま油	0.70	0.70	ごま

<献立名> ツイストパン 牛乳 にんじんポタージュ オムレツミートソースがけ 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	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
にんじん(うらごし)(冷凍)	40.00	40.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
鶏ももこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
パセリ(乾)	0.02	0.02	
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
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
なたね油	0.50	0.50	
水	90.00	90.00	
プレーンオムレツ(冷凍)	1個	50.00	卵、大豆
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ(生)	5.32	5.00	
エリンギ(冷凍)	3.00	3.00	
トマトケチャップ	3.50	3.50	
ウスターソース	1.00	1.00	
コンソメのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	0.20	0.20	
食塩	0.17	0.17	
でん粉(じゃがいも)	0.20	0.20	
キャベツ(生)	29.41	25.00	
きゅうり(生)	8.16	8.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
穀物酢	1.40	1.40	
三温糖	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
なたね油	3.00	3.00	
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10月8日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 みそ汁 豚肉のゆず香和え わかめともやしのごま油炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
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	
じゃがいも(生)	16.67	15.00	
さやえんどう(冷凍)	5.00	5.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
豚肉(もも・角切)	55.00	55.00	豚肉
でん粉(じゃがいも)	5.00	5.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
三温糖	7.00	7.00	
こいくちしょうゆ	7.00	7.00	小麦、大豆
清酒	2.00	2.00	
ゆず果汁(冷凍)	2.50	2.50	
カットわかめ	1.50	1.50	
もやし(生)	15.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
水	2.00	2.00	

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 いわしのみぞれ煮 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	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	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
こまつな(生)	11.76	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
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	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
れんこん水煮(いちょう切り)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
なたね油	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
清酒	1.00	1.00	
とうがらし	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10月10日木曜日

<献立名> もやしそば 牛乳 ぎょうざ 花野菜のサラダ 米粉のブルーベリークレープ

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
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
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
なたね油	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ぎょうざ(冷凍)	3個	60.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
ブロッコリー(冷凍)	20.00	20.00	
カリフラワー(冷凍)	20.00	20.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
中華ドレッシング(調理用)	8.00	8.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま、りんご
米粉クレープ(ブルーベリー・冷凍)	1個	35.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 さけのマヨネーズ焼き 切干大根の煮物

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
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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)	25.00	25.00	大豆
板こんにゃく	10.00	10.00	
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	8.00	8.00	小麦、大豆
食塩	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
さけ切り身(冷凍)	1個	50.00	さけ
みそ(白)	3.00	3.00	大豆
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	10.00	10.00	大豆
穀物酢	1.70	1.70	
切り干し大根	6.00	6.00	
さつまあげ(冷凍)	7.00	7.00	
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	0.40	0.40	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	1.50	1.50	
だしのもと	0.20	0.20	
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10月15日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 なめこ汁 豚肉のしょうが焼き いんげんのごま和え

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
なめこ(冷凍)	20.00	20.00	
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
みそ(赤)	10.00	10.00	大豆
みそ(白)	3.00	3.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
しょうが(生)	1.25	1.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
いんげん(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
糸こんにゃく	10.00	10.00	
すりごま(白)	1.00	1.00	ごま
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
三温糖	1.80	1.80	

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10月16日水曜日

<献立名> ハヤシライス 牛乳 コーヒー飲料 枝豆とマカロニのサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
じゃがいも(生)	38.89	35.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(赤)	2.00	2.00	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.03	0.03	
なたね油	0.50	0.50	
デミグラスソース	5.00	5.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
ハヤシルウ	16.00	16.00	小麦、大豆、豚肉
ウスターソース	3.00	3.00	
三温糖	0.80	0.80	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
コーヒー飲料	1個	12.50	
マカロニ(シェル・乾)	6.00	6.00	小麦
えだまめ(冷凍)	10.00	10.00	大豆
たまねぎ(生)	5.32	5.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
ライトツナ(水煮・レトルト)	5.00	5.00	大豆
穀物酢	0.60	0.60	
食塩	0.15	0.15	
こしょう(白)	0.01	0.01	
三温糖	0.06	0.06	
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	5.00	5.00	大豆

<献立名> 鶏ねぎうどん 牛乳 さつまいもの天ぷら 洋なし

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
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)	15.46	15.00	
小松菜(冷凍)	10.00	10.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
なると(オキアミ・冷凍)	7.00	7.00	
だしのもと	1.00	1.00	
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	0.50	0.50	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも(カット)	2個	60.00	
小麦粉	6.00	6.00	小麦
水	6.00	6.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
洋梨カット(冷凍)	1個	40.00	

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10月18日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 根菜のみそ汁 ぶりの照り焼き 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
れんこん水煮(いちょう切り)	10.00	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	6.00	6.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
水	150.00	150.00	
ぶりの照り焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
おから(冷凍)	15.00	15.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.30	0.30	
焼きちくわ(冷凍)	7.00	7.00	小麦、大豆
さやえんどう(冷凍)	3.00	3.00	
なたね油	1.00	1.00	
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.00	1.00	
清酒	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	8.00	8.00	

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10月21日月曜日

<献立名> はちみつパン 牛乳 オニオンスープ メンチカツ ほうれん草とコーンのソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
はちみつパン	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)	15.00	15.00	豚肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	25.00	25.00	
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
パセリ(乾)	0.02	0.02	
水	160.00	160.00	
メンチカツ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
ほうれん草(冷凍)	25.00	25.00	
ホールコーン(冷凍)	15.00	15.00	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	10.00	10.00	豚肉
なたね油	0.40	0.40	
食塩	0.20	0.20	
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10月22日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 ほっけのたつた揚げ 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
こまつな(生)	11.76	10.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
ほっけの竜田揚げ(冷凍)	1個	45.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
板こんにゃく	25.00	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
さやえんどう(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	2.00	2.00	
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	3.50	3.50	小麦、大豆

<献立名> ごはん 牛乳 キャベツと肉団子のスープ 中華風チキンソテー 厚揚げのピリ辛炒め

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
肉団子(冷凍)	30.00	30.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
キャベツ(生)	29.41	25.00	
はるさめ	3.00	3.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	6.00	6.00	
こいくちしょうゆ	1.80	1.80	小麦、大豆
食塩	0.50	0.50	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
水	160.00	160.00	
鶏もも(皮つき)	1個	60.00	鶏肉
たまねぎ(生)	3.19	3.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
しょうが(生)	0.63	0.50	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.00	1.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.22	0.20	
たまねぎ(生)	12.77	12.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
にら(生)	3.16	3.00	
絹厚揚げ(冷凍)	30.00	30.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
清酒	2.00	2.00	
トウバンジャン	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	0.30	0.30	

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10月24日 木曜日

<献立名> クリームスパゲティ 牛乳 いかナゲット 彩りソテー

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
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
エリンギ(冷凍)	8.00	8.00	
ぶなしめじ(バラカット)	8.00	8.00	
パセリ(乾)	0.02	0.02	
にんにく(生)	0.22	0.20	
有塩バター	2.50	2.50	乳
コンソメのもと	1.80	1.80	大豆、鶏肉、豚肉
牛乳(調理用)	60.00	60.00	乳
ホワイトルウ	6.00	6.00	乳、小麦、大豆、豚肉
生クリーム	10.00	10.00	乳
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
こしょう(白)	0.02	0.02	
食塩	1.00	1.00	
水	95.00	95.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いかナゲット(冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆
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	
小松菜(冷凍)	10.00	10.00	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	10.00	10.00	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	

<献立名> ごはん 牛乳 豚汁 和風きのこハンバーグ ちくわと野菜のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	140.00	140.00	
ハンバーグ(冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
えのきたけ(バラカット)	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
三温糖	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	3.00	3.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
焼きちくわ(冷凍)	15.00	15.00	小麦、大豆
なたね油	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
穀物酢	0.70	0.70	
三温糖	0.60	0.60	
食塩	0.15	0.15	

<献立名> メロンパン 牛乳 マカロニスープ フランクフルトソーセージ チリコンカン

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
スクールメロン	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
マカロニ (シェル・乾)	7.00	7.00	小麦
鶏ももこま (皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
なたね油	0.30	0.30	
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
キャベツ (生)	23.53	20.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.70	0.70	
こしょう (白)	0.03	0.03	
水	150.00	150.00	
フランクフルトソーセージ (Fe)	1個	50.00	豚肉
大豆 (冷凍)	6.00	6.00	大豆
ひよこ豆	6.00	6.00	
たまねぎ (生)	17.02	16.00	
にんじん (生)	6.19	6.00	
ホールコーン (冷凍)	4.00	4.00	
豚肉 (もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
にんにく (生)	0.43	0.40	
しょうが (生)	0.50	0.40	
オリーブ油	1.00	1.00	
三温糖	0.20	0.20	
食塩	0.10	0.10	
こしょう (白)	0.03	0.03	
トマトピューレ	11.00	11.00	
トマトケチャップ	8.00	8.00	
こいくちしょうゆ	0.60	0.60	小麦、大豆
ウスターソース	2.00	2.00	
ぶどう酒 (赤)	1.60	1.60	
チリパウダー	0.06	0.06	

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10月29日 火曜日

<献立名> わかめごはん 牛乳 いも団子汁 子持ちししゃもの南蛮風 白菜のおかか煮

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
じゃがいも団子(冷凍)	35.00	35.00	
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	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
食塩	0.60	0.60	
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	
水	150.00	150.00	
子持ちししゃも(でん粉付き・冷凍)	2個	40.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
三温糖	4.00	4.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	
水	1.50	1.50	
はくさい(生)	31.91	30.00	
小松菜(冷凍)	15.00	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
かつお節(碎片)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	

<献立名> ごはん 牛乳 すまし汁 とんかつ 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
豆腐(木綿)	35.00	35.00	大豆
かまぼこ(冷凍)	10.00	10.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
とんかつ(冷凍)	1個	55.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
ひじき	2.00	2.00	
鶏ももひき(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
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	
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	7.00	7.00	

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10月31日 木曜日

<献立名> 広東めん 牛乳 かぼちゃのそぼろあん チンゲンサイのソテー フルーツ杏仁プリン

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
にんじん(生)	12.37	12.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
もやし(生)	15.00	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
がらスープ(レトルト)	10.00	10.00	大豆、鶏肉、豚肉
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
食塩	1.00	1.00	
こしょう(白)	0.01	0.01	
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
西洋かぼちゃ(角切り)	50.00	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
鶏ももひき(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ(生)	5.32	5.00	
しょうが(生)	0.50	0.40	
なたね油	1.00	1.00	
だしのもと	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
三温糖	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	0.60	0.60	
清酒	0.70	0.70	
でん粉(じゃがいも)	0.40	0.40	
水	3.00	3.00	
チンゲンサイ(生)	29.41	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ショルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.02	0.02	
フルーツ杏仁プリン(冷凍)	1個	40.00	大豆、もも、りんご