

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

11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」

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11月1日 金曜日

<献立名> ガパオライス 牛乳 はるさめスープ 白身魚のチリソースがけ

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
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	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	0.80	0.80	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	
こしょう(白)	0.01	0.01	
なたね油	0.30	0.30	
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)	15.46	15.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
はるさめ	6.00	6.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
こしょう(白)	0.01	0.01	
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	
ほき(でん粉付き・冷凍)	1個	60.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
にんにく(生)	0.11	0.10	
ごま油	0.30	0.30	ごま
とうがらし	0.01	0.01	
三温糖	2.00	2.00	
トマトケチャップ	2.50	2.50	
清酒	2.00	2.00	
中華スープのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.20	0.20	
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11月5日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 トック入りスープ ヤンニョムチキン 中華サラダ

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)	10.00	10.00	豚肉
トック	35.00	35.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
チキンスープ	2.00	2.00	小麦、大豆、鶏肉
食塩	0.40	0.40	
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	
鶏もも(皮つき)	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)	15.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
プレスハム(短冊)	8.00	8.00	豚肉
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	1.30	1.30	
すりごま(白)	0.40	0.40	ごま
ごま油	0.40	0.40	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11月6日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 呉汁 さばのカレーしょうゆ焼き 煮浸し

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)	10.00	10.00	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	
大豆(冷凍)	20.00	20.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
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	
さばのカレー醤油焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば
小松菜(冷凍)	25.00	25.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
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
水	2.00	2.00	

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11月7日 木曜日

<献立名> おっきりこみ 牛乳 みそポテト ツナサラダ

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)	1個	100.00	小麦
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	13.33	12.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
干しいたけ(スライス)	0.60	0.60	
だしのもと	1.30	1.30	
こいくちしょうゆ	13.00	13.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.30	1.30	
清酒	1.30	1.30	
食塩	0.60	0.60	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも(乱切り)	60.00	60.00	
小麦粉	2.60	2.60	小麦
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
こいくちしょうゆ	0.90	0.90	小麦、大豆
みそ(白)	3.30	3.30	大豆
三温糖	2.80	2.80	
清酒	0.70	0.70	
みりん(本みりん)	0.70	0.70	
水	2.00	2.00	
キャベツ(生)	35.29	30.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ライトツナ(水煮・レトルト)	10.00	10.00	大豆
穀物酢	1.20	1.20	
三温糖	0.45	0.45	
食塩	0.45	0.45	
なたね油	2.80	2.80	
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11月8日 金曜日

<献立名> 鉄骨ちらし 牛乳 鑄物汁 きゅぼらんたまご焼き 川口いちごゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
酢めし	100.00	100.00	
油揚げ(カット・冷凍)	12.00	12.00	大豆
ひじき	2.40	2.40	
小えび(乾)	1.00	1.00	えび
にんじん(生)	18.56	18.00	
ごま・いり(白)	1.20	1.20	ごま
三温糖	4.80	4.80	
こいくちしょうゆ	3.40	3.40	小麦、大豆
食塩	0.10	0.10	
ごま油	0.60	0.60	ごま
水	3.00	3.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
板こんにゃく	12.00	12.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
ごま油	0.50	0.50	ごま
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
厚焼きたまご(きゅぼらん・冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆
川口市産いちごゼリー(冷凍)	1個	18.00	

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11月11日月曜日

<献立名> さきたまライスボール 牛乳 むさしのシチュー 白身魚の香草フライ ミニトマト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ライスボール	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
ブロッコリー(冷凍)	15.00	15.00	
さつまいも(角切り)	35.00	35.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
コンソメのもと	1.10	1.10	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
こしょう(白)	0.05	0.05	
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	80.00	80.00	
白身魚の香草フライ(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	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

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11月12日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 彩の国汁 白ごまつくね 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
はくさい(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
小松菜(冷凍)	20.00	20.00	
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	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
白ごまつくね(冷凍)	3個	60.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	
ごぼう(ささがき)	16.00	16.00	
にんじん(生)	16.49	16.00	
きゅうり(生)	8.16	8.00	
プレスハム(短冊)	5.00	5.00	豚肉
三温糖	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
穀物酢	1.50	1.50	
すりごま(白)	0.70	0.70	ごま
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	5.00	5.00	大豆

<献立名> かてめし 牛乳 まゆ玉汁 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	100.00	100.00	
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
だいこん(生)	16.67	15.00	
ごぼう(ささがき)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
干しいたけ(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	0.10	0.10	
だしのもと	0.50	0.50	
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
まゆ玉だんご(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
ながねぎ(生)	20.00	12.00	
ほうれんそう(冷凍)	20.00	20.00	
みそ(白)	13.00	13.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
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	

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが いわしの梅しょうゆ煮 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)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(生)	44.44	40.00	
じゃがいも(さいのめ)	50.00	50.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
しらたき	30.00	30.00	
三温糖	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
水	40.00	40.00	
いわし梅醤油煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
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	0.12	0.12	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	0.12	0.12	
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11月18日月曜日

<献立名> ツイストパン 牛乳 コーヒー飲料 ラビオリスープ ハンバーグデミグラス
ソース キャベツとコーンのソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ツイストパン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
コーヒー飲料	1個	12.50	
ポークラビオリ(冷凍)	25.00	25.00	小麦、豚肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
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
こしょう(白)	0.01	0.01	
食塩	0.30	0.30	
水	160.00	160.00	
ハンバーグ(冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
たまねぎ(生)	8.51	8.00	
エリンギ(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.20	0.20	
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	
水	3.00	3.00	
キャベツ(生)	41.18	35.00	
ホールコーン(冷凍)	15.00	15.00	
シヨルダーベーコン(短冊)	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)	0.02	0.02	

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 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	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)	15.46	15.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
さといも(いちょう)	12.00	12.00	
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
板こんにゃく	12.00	12.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
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	0.20	0.20	
水	150.00	150.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
ながねぎ(生)	4.00	2.40	
三温糖	1.30	1.30	
こいくちしょうゆ	1.90	1.90	小麦、大豆
みそ(赤)	3.80	3.80	大豆
清酒	1.30	1.30	
みりん(本みりん)	1.30	1.30	
ひじき	2.00	2.00	
鶏むねひき肉(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
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	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11月20日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 かぶのみそ汁 子持ちししゃもの南蛮風 小松菜のごま和え 納豆

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
かぶ(根、葉付き、生)	53.85	35.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
みそ(白)	13.00	13.00	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	
こまつな(生)	29.41	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	1.50	1.50	
納豆	1個	30.00	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11月21日 木曜日

<献立名> 長崎ちゃんぽん 牛乳 ぎょうざ 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
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)	26.60	25.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
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	0.40	0.40	小麦、大豆
オイスターソース	3.00	3.00	
豚骨ラーメンスープ(レトルト)	11.00	11.00	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
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	
もやし(生)	25.00	25.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	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

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11月22日 金曜日

<献立名> わかめごはん 牛乳 豚汁 鶏肉の照り焼き はるさめサラダ

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)	15.00	15.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
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)	10.00	6.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
鶏もも(皮つき)	1個	60.00	鶏肉
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	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
きゅうり(生)	8.16	8.00	
プレスハム(短冊)	5.00	5.00	豚肉
はるさめ	2.00	2.00	
中華ドレッシング(調理用)	7.00	7.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま、りんご

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11月25日月曜日

<献立名> バターロール 牛乳 ミネストローネ 川口ポテトコロッケ ほうれん草のソテー

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	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	
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
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	
川口市産じゃがいもコロッケ(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	
ほうれんそう(冷凍)	25.00	25.00	
ホールコーン(冷凍)	15.00	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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11月26日 火曜日

<献立名> カレーライス 牛乳 マカロニサラダ 米粉のヨーグルト風味クレープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
麦ごはん	100.00	100.00	
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)	15.46	15.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
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)	20.00	20.00	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)	0.01	0.01	
鶏レバーペースト	1.00	1.00	鶏肉
garam masala(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
マカロニ(エルボー・乾)	5.00	5.00	小麦
キャベツ(生)	14.12	12.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
たまねぎ(生)	5.32	5.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
穀物酢	0.60	0.60	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	
三温糖	0.10	0.10	
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	6.00	6.00	大豆
米粉クレープ(ヨーグルト風味・冷凍)	1個	35.00	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11月27日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 さつま汁 さけのマヨネーズ焼き 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	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
さつまいも(角切り)	20.00	20.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
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	
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

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11月28日 木曜日

<献立名> きつねうどん 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	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
油揚げ(カット・冷凍)	15.00	15.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
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)	1.50	1.50	
食塩	0.50	0.50	
三温糖	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	
温州みかん(生)	1個	80.00	

<献立名> ごはん 牛乳 四川豆腐 ジャンボしゅうまい もやしとチンゲンサイの炒め物

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(冷凍)	110.00	110.00	大豆
豚肉(もも・こま)	28.00	28.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
たけのこ(レトルト)	15.00	15.00	
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)	1.25	1.00	
にんにく(生)	0.43	0.40	
とうがらし	0.02	0.02	
こいくちしょうゆ	8.50	8.50	小麦、大豆
三温糖	0.60	0.60	
ごま油	0.60	0.60	ごま
でん粉(じゃがいも)	2.20	2.20	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
なたね油	0.50	0.50	
水	40.00	40.00	
しゅうまい(冷凍)	2個	60.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
もやし(生)	20.00	20.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
チンゲンサイ(生)	29.41	25.00	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	
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	0.20	0.20	小麦、大豆
なたね油	0.50	0.50	