

自校調理小学校

献立実施校

本町小	幸町小	仲町小	上青木小
飯塚小	新郷小	神根小	並木小
安行小	原町小	前川小	青木中央小
元郷南小	芝西小	芝富士小	前川東小
根岸小	慈林小	差間小	戸塚南小
鳩ヶ谷小	中居小	辻小	里小
桜町小	南鳩ヶ谷小		

令和7年

川口市学校給食献立日誌

1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、記載しておりません。
- 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。コンタミネーションについて必要な場合は、学校にご相談ください。
- 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」

自校調理小学校

1 月 分 献 立 の 栄 養 価

給食日	献立名	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	RE	VB1	VB2	VC	食物繊維	食塩	価格	価格(税込)
1 - 9	わかめごはん 牛乳 田作り おぞう煮 くりきんとん	621	20.3	11.0	99.8	406	71	2.2	2.5	181	0.48	0.44	24	3.4	3.0	325.18	351.19
1 - 10	メロンパン 牛乳 ハンバーグステーキ ブロッコリー ペイザンヌスープ	612	23.5	23.0	78.2	436	71	7.9	2.4	215	0.39	0.51	56	7.8	2.5	269.76	291.34
1 - 14	長崎ちゃんぽん 牛乳 春巻 りんご	672	25.5	25.6	87.8	284	72	5.5	2.0	232	0.36	0.44	17	4.5	2.6	290.66	313.91
1 - 15	ごはん 牛乳 たらのごまみそあえ せんべい汁	622	26.7	17.6	85.5	292	58	1.2	2.3	159	0.50	0.48	7	2.3	2.1	308.46	333.14
1 - 16	豚キムチチャーハン 牛乳 トック 花みかん	595	21.6	16.2	88.2	272	59	1.2	2.1	293	0.65	0.47	43	2.9	2.1	268.06	289.50
1 - 17	ソフトフランスパン 牛乳 コーヒー飲料 チキンクリームシチュー 野菜サラダ	619	28.9	19.9	80.2	379	79	1.7	2.9	188	0.40	0.67	84	8.1	2.8	316.28	341.58
1 - 20	ごはん 牛乳 ジャージャンどうふ 中華風コーンスープ	654	28.2	20.9	84.9	418	97	3.2	3.4	221	0.67	0.56	10	3.9	2.4	297.92	321.75
1 - 21	肉なんばん 牛乳 いかと春菊のかき揚げ 花みかん	642	27.1	18.5	93.4	298	68	1.3	2.4	286	0.63	0.49	38	4.8	2.7	284.38	307.13
1 - 22	カレーライス 牛乳 ほうれんそうのソテー	614	23.5	15.6	87.9	353	92	2.4	3.4	414	0.78	0.53	31	7.5	1.3	237.37	256.36
1 - 23	炊き込みおこわ 牛乳 厚焼きたまご 豚汁	637	28.9	21.1	79.1	344	85	2.4	3.1	278	0.64	0.61	7	2.6	2.6	236.01	254.89
1 - 24	揚げパン(きなこ) 牛乳 ポトフ チーズ	648	25.1	32.0	67.6	357	62	2.6	2.4	255	0.44	0.55	32	8.2	2.7	237.86	256.89
1 - 27	おにぎり(茶めし) 牛乳 さけの塩焼き 大根のみそ汁	560	28.5	16.4	70.3	313	82	1.4	2.6	121	0.48	0.46	6	1.3	3.1	242.46	261.86
1 - 28	もやしラーメン 牛乳 手作りしゅうまい ヨーグルト	589	31.1	14.0	86.4	365	69	5.7	2.8	210	0.73	0.60	14	4.0	2.8	291.15	314.44
1 - 29	ごはん 牛乳 ししゃもの立田揚げ すいとん エコふりかけ	589	23.7	17.1	80.2	391	77	2.1	3.0	252	0.57	0.55	16	2.0	2.5	240.45	259.69
1 - 30	チキンピラフ 牛乳 かぼちゃのクリームスープ 米粉のいちごスティックケーキ	633	21.2	20.4	86.3	310	64	1.2	2.6	250	0.50	0.54	24	4.2	2.1	313.94	339.06
1 - 31	子供パン 牛乳 ビーフストロガノフ こふきいも ソーセージと白菜のスープ	645	28.2	24.4	76.4	286	68	2.4	4.3	173	0.38	0.55	30	8.9	3.2	389.10	420.23
	合 計	9952	412.0	313.7	1332.2	5504	1174	44.4	44.2	3728	8.60	8.45	439	76.4	40.5	4549.04	4912.96
	平 均	622	25.8	19.6	83.3	344	73	2.8	2.8	233	0.54	0.53	27	4.8	2.5	284.31	307.06
	(動物性)			(12.9)	(13)												
	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 (%)	96	96	108		98	146	93	140	117	135	133	108	107	125		
	PFCバランス (%)	100	17	28	55												

※栄養価、正味重量は、中学年(3、4年生)の目安です。

<献立名> わかめごはん 牛乳 田作り おぞう煮 くりきんとん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
わかめごはん (低)	60.00	60.00	
(中)	70.00	70.00	
(高)	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
かたくちいわし	5.00	5.00	
なたね油 (揚油)	1.00	1.00	
上白糖	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	0.60	0.60	小麦、大豆
ごま・生 (白)	0.60	0.60	ごま
煮込みもち (冷凍)	25.00	25.00	
鶏ももこま (皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
かまぼこ (梅型)	6.00	6.00	
だいこん (生)	22.22	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
干しいたけ	0.50	0.50	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.70	0.70	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	4.00	4.00	小麦、大豆
水	120.00	120.00	
こまつな (生)	11.76	10.00	
さつまいも (生)	40.82	40.00	
くり甘露煮 (レトルト)	15.00	15.00	
上白糖	4.00	4.00	
みりん (本みりん)	2.00	2.00	
食塩	0.15	0.15	
水	5.00	5.00	

<献立名> メロンパン 牛乳 ハンバーグステーキ ブロッコリー ペイザンヌスープ

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 (低)	1個	30.00	乳、小麦、大豆
スクールメロン (中)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
スクールメロン (高)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ハンバーグ (冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
たまねぎ (生)	10.64	10.00	
たまねぎ (スライス・冷凍)	5.00	5.00	
にんにく (生)	0.22	0.20	
なたね油	0.40	0.40	
上白糖	0.40	0.40	
ぶどう酒 (赤)	2.50	2.50	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	2.90	2.90	小麦、大豆
水	1.10	1.10	
ブロッコリー (生)	50.00	25.00	
ショルダーベーコン (短冊)	10.00	10.00	豚肉
にんじん (生)	15.46	15.00	
じゃがいも (生)	22.22	20.00	
かぶ (生)	21.98	20.00	
はくさい (生)	26.60	25.00	
なたね油	0.50	0.50	
チキンブイヨン (冷凍)	5.00	5.00	鶏肉
食塩	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	0.70	0.70	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ (丸大豆)	0.50	0.50	小麦、大豆
水	120.00	120.00	

<献立名> 長崎ちゃんぽん 牛乳 春巻 りんご

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・こま)	15.00	15.00	豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
はくさい (生)	15.96	15.00	
もやし (生)	10.00	10.00	
ながねぎ (生)	8.33	5.00	
しょうが (生)	0.38	0.30	
にんにく (生)	0.33	0.30	
干しいたけ	0.50	0.50	
いか (短冊・冷凍)	10.00	10.00	いか
むきえび (冷凍)	10.00	10.00	えび
なると (オキアミ・冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	1.00	1.00	
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 (丸大豆)	1.00	1.00	小麦、大豆
でん粉 (じゃがいも)	3.00	3.00	
水	130.00	130.00	
ほうれんそう (生)	16.67	15.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
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	
りんご (生)	1/6個	38.25	りんご

<献立名> ごはん 牛乳 たらのごまみそあえ せんべい汁

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 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
たら角切り(でん粉付き・冷凍)	60.00	60.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
上白糖	3.00	3.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	1.00	1.00	小麦、大豆
みそ(白)	4.00	4.00	大豆
水	5.00	5.00	
ごま・生(白)	3.00	3.00	ごま
鶏ももこま(皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	8.89	8.00	
ぶなしめじ(バラカット)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	25.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	4.00	4.00	小麦、大豆
かつお節(だし用)	3.00	3.00	
煮干し(だし用)	3.00	3.00	
清酒	1.00	1.00	
水	160.00	160.00	
せんべい	10.00	10.00	小麦

<献立名> 豚キムチチャーハン 牛乳 トック 花みかん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	60.00	60.00	
食塩	0.10	0.10	
コンソメのもと	0.20	0.20	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ(丸大豆)	0.50	0.50	小麦、大豆
水	80.00	80.00	
豚肉(もも・せん切り)	20.00	20.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
キムチ(冷凍)	15.00	15.00	小麦、大豆、ごま、りんご、ゼラチン
なたね油	0.50	0.50	
ごま油	0.50	0.50	ごま
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.10	0.10	
スクランブルエッグ(冷凍)	20.00	20.00	卵、大豆
青ピーマン(生)	5.88	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
トック	30.00	30.00	
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
干ししいたけ	0.70	0.70	
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	130.00	130.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
糸みつば(生)	3.26	3.00	
蔵出しみかん(生)	1/2個	76.50	

<献立名> ソフトフランスパン 牛乳 コーヒー飲料 チキンクリームシチュー 野菜サラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトフランスパン (低)	1個	40.00	小麦、大豆
ソフトフランスパン (中)	1個	50.00	小麦、大豆
ソフトフランスパン (高)	1個	60.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
コーヒー飲料	1個	12.50	
鶏もも一口大 (皮なし)	50.00	50.00	鶏肉
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
じゃがいも (生)	33.33	30.00	
マッシュルーム (レトルト)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
こしょう (白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
ホワイトルウ	8.00	8.00	乳、小麦、大豆、豚肉
脱脂粉乳	3.00	3.00	乳
牛乳 (調理用)	30.00	30.00	乳
水	80.00	80.00	
キャベツ (生)	47.06	40.00	
ブロッコリー (生)	40.00	20.00	
ホールコーン (冷凍)	20.00	20.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
なたね油	2.00	2.00	
上白糖	0.40	0.40	
食塩	0.10	0.10	
穀物酢	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	2.00	2.00	小麦、大豆

<献立名> ごはん 牛乳 ジャージャンどうふ 中華風コーンスープ

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 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
埼玉県産厚揚げ(冷凍)	68.00	68.00	大豆
豚肉(もも・こま)	14.00	14.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
たけのこ(レトルト)	8.50	8.50	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
しょうが(生)	0.18	0.14	
にんにく(生)	0.15	0.14	
干ししいたけ	0.70	0.70	
なたね油	0.70	0.70	
清酒	1.40	1.40	
上白糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	2.40	2.40	小麦、大豆
みそ(赤)	4.00	4.00	大豆
トウバンジャン	0.17	0.17	
でん粉(じゃがいも)	1.00	1.00	
水	20.00	20.00	
ごま油	0.70	0.70	ごま
鶏ももこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
クリームコーン(冷凍)	10.00	10.00	
食塩	0.80	0.80	
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	
水	130.00	130.00	
鶏卵. 全卵(生)	23.53	20.00	卵
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	

<献立名> 肉なんばん 牛乳 いかと春菊のかき揚げ 花みかん

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん (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)	35.00	35.00	豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
はくさい (生)	42.55	40.00	
ながねぎ (生)	16.67	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
上白糖	0.80	0.80	
みりん (本みりん)	2.00	2.00	
食塩	0.80	0.80	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	8.00	8.00	小麦、大豆
でん粉 (じゃがいも)	5.00	5.00	
水	130.00	130.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いか (短冊・冷凍)	10.00	10.00	いか
たまねぎ (生)	8.51	8.00	
にんじん (生)	5.15	5.00	
しゅんぎく (生)	5.05	5.00	
小麦粉	2.00	2.00	小麦
液卵 (冷凍)	8.00	8.00	卵
水	6.00	6.00	
小麦粉	11.00	11.00	小麦
食塩	0.20	0.20	
なたね油 (揚油)	6.00	6.00	
蔵出しみかん (生)	1/2個	76.50	

<献立名> カレーライス 牛乳 ほうれんそうのソテー

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)	25.00	25.00	豚肉
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
にんじん(生)	25.77	25.00	
じゃがいも(生)	38.89	35.00	
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	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
クッキングチーズ	5.00	5.00	乳
カレールー	12.00	12.00	小麦、豚肉、りんご
カレー粉	0.10	0.10	
脱脂粉乳	3.00	3.00	乳
水	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ほうれんそう(生)	44.44	40.00	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	

<献立名> 炊き込みおこわ 牛乳 厚焼きたまご 豚汁

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	60.00	60.00	
もち米	10.00	10.00	
鶏ももこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
油揚げ	5.00	5.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
干しいたけ	0.80	0.80	
なたね油	1.50	1.50	
清酒	1.20	1.20	
食塩	0.40	0.40	
だしのもと	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	3.00	3.00	小麦、大豆
水	84.00	84.00	
牛乳	1個	206.00	乳
厚焼きたまご(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	3.33	3.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
板こんにゃく	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
水	110.00	110.00	

<献立名> 揚げパン(きなこ) 牛乳 ポトフ チーズ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
コッペパン(乳・卵抜き 袋なし) (低)	1個	40.00	小麦、大豆
コッペパン(乳・卵抜き 袋なし) (中)	1個	50.00	小麦、大豆
コッペパン(乳・卵抜き 袋なし) (高)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	7.00	7.00	
上白糖	5.00	5.00	
きな粉(全粒大豆)	5.00	5.00	大豆
食塩	0.05	0.05	
牛乳	1個	206.00	乳
ウィンナーソーセージFe入り	30.00	30.00	豚肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	17.53	17.00	
じゃがいも(生)	55.56	50.00	
キャベツ(生)	38.82	33.00	
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.03	0.03	
ローリエ	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
水	80.00	80.00	
型抜きチーズ	1個	15.00	乳

<献立名> おにぎり(茶めし) 牛乳 さけの塩焼き 大根のみそ汁

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	70.00	70.00	
上白糖	0.30	0.30	
食塩	0.10	0.10	
清酒	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	5.80	5.80	小麦、大豆
水	77.00	77.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さけの塩焼き(冷凍)	1個	40.00	さけ
だいこん(生)	33.33	30.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
カットわかめ	0.50	0.50	
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	

<献立名> もやしラーメン 牛乳 手作りしゅうまい ヨーグルト

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・こま)	15.00	15.00	豚肉
にんじん (生)	10.31	10.00	
たまねぎ (生)	10.64	10.00	
もやし (生)	40.00	40.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.70	0.70	
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 (丸大豆)	6.00	6.00	小麦、大豆
水	130.00	130.00	
ほうれんそう (生)	16.67	15.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉 (もも・ひき)	35.00	35.00	豚肉
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
しょうが (生)	1.25	1.00	
清酒	0.80	0.80	
食塩	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	1.00	1.00	小麦、大豆
でん粉 (じゃがいも)	5.00	5.00	
こしょう (白)	0.02	0.02	
ごま油	0.80	0.80	ごま
しゅうまいの皮	1個	10.50	小麦
アルミカップ	1個		
ヨーグルト	1個	70.00	乳、大豆
【アレルギー代替食】			
みかんゼリー	1個	70.00	

<献立名> ごはん 牛乳 ししやもの立田揚げ すいとん エコふりかけ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00 (中) 70.00 (高) 80.00	60.00 70.00 80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
子持ちししやも立田あげ(冷凍)	1.8個	36.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	3.00	3.00	
			【ししやもの立田揚げ】 1～2年生 1個 3～6年生 2個
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
だいこん(生)	11.11	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
はくさい(生)	31.91	30.00	
液卵(冷凍)	4.00	4.00	卵
牛乳(調理用)	4.00	4.00	乳
水	4.00	4.00	
小麦粉	12.00	12.00	小麦
食塩	0.80	0.80	
かつお節(だし用)	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	4.00	4.00	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
かつお節	3.00	3.00	
上白糖	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ(丸大豆)	2.00	2.00	小麦、大豆
ごま・生(白)	1.00	1.00	ごま

<献立名> チキンピラフ 牛乳 かぼちゃのクリームスープ 米粉のいちごスティックケーキ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	60.00	60.00	
鶏ももこま(皮つき)	30.00	30.00	鶏肉
たまねぎ(生)	5.32	5.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
マッシュルーム(レトルト)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
オリーブ油	1.00	1.00	
食塩	0.70	0.70	
こしょう(白)	0.03	0.03	
コンソメのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(白)	1.00	1.00	
水	80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
パンプキンペースト(冷凍)	45.00	45.00	
ショルダーベーコン(短冊)	5.00	5.00	豚肉
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
セロリー(生)	7.69	5.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	5.00	5.00	
クリームコーン(冷凍)	12.00	12.00	
なたね油	1.00	1.00	
食塩	0.40	0.40	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
牛乳(調理用)	40.00	40.00	乳
水	50.00	50.00	
米粉のいちごスティックケーキ(冷凍)	1個	25.00	大豆

<献立名> 子供パン 牛乳 ビーフストロガノフ こふきいも ソーセージと白菜のスープ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
子供パン (低)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
子供パン (中)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
子供パン (高)	1個	60.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
牛肉 (もも・スライス)	50.00	50.00	牛肉
たまねぎ (生)	42.55	40.00	
マッシュルーム (レトルト)	6.00	6.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
コンソメのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒 (赤)	5.00	5.00	
トマトジュース	25.00	25.00	
トマトケチャップ	9.00	9.00	
小麦粉	2.00	2.00	小麦
有塩バター	2.00	2.00	乳
生クリーム	3.00	3.00	乳
じゃがいも (生)	66.67	60.00	
ウィンナーソーセージFe入り (輪切)	15.00	15.00	豚肉
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
はくさい (生)	21.28	20.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.70	0.70	
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
こいくちしょうゆ (丸大豆)	0.10	0.10	小麦、大豆
水	140.00	140.00	