

自校調理中学校

献立実施校

鳩ヶ谷中      八幡木中      里中

令和7年

川口市学校給食献立日誌

3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。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」



<献立名> メロンパン 牛乳 野菜スープ ウィンナーのバジル揚げ 枝豆のサラダ 三色ゼリー

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
鶏ももこま（皮なし）	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ（生）	18.09	17.00	
にんじん（生）	12.37	12.00	
キャベツ（生）	35.29	30.00	
ホールコーン（冷凍）	12.00	12.00	
オリーブ油	0.60	0.60	
チキンブイヨン（冷凍）	17.00	17.00	鶏肉
食塩	0.40	0.40	
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
こいくちしょうゆ	2.30	2.30	小麦、大豆
水	150.00	150.00	
ウィンナーソーセージFe入り	2個	40.00	豚肉
小麦粉	3.00	3.00	小麦
バジル 粉	0.05	0.05	
水	4.00	4.00	
なたね油（揚油）	4.00	4.00	
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	
たまねぎドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	小麦、大豆、りんご
三色ゼリー（冷凍）	1個	50.00	もも

<献立名> 鶏ごぼうごはん 牛乳 菜の花のすまし汁 白ごまつくね

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	
鶏むねこま(皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	16.67	15.00	
干しいたけ(スライス)	0.20	0.20	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
だしのもと	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
かまぼこ(梅型)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
カットわかめ	0.60	0.60	
菜の花(冷凍)	17.00	17.00	
食塩	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	195.00	195.00	
白ごまつくね(冷凍)	3個	60.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま
三温糖	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	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	

<献立名> ごはん 牛乳 ごまキムチみそ汁 豚肉のにんにくソースがけ 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
鶏ももこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	13.33	12.00	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
さといも(いちょう)	12.00	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	12.00	12.00	
なたね油	0.50	0.50	
清酒	1.20	1.20	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
煮干し(だしパック)	5.00	5.00	
みそ(白)	7.50	7.50	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
すりごま(白)	1.00	1.00	ごま
ねりごま	2.20	2.20	ごま
水	165.00	165.00	
豚肉(かたロース・角切)	60.00	60.00	
でん粉(じゃがいも)	6.00	6.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
にんにく(生)	0.54	0.50	
なたね油	0.30	0.30	
三温糖	3.00	3.00	
清酒	1.40	1.40	
みりん(本みりん)	1.40	1.40	
こいくちしょうゆ	2.70	2.70	小麦、大豆
水	5.00	5.00	
海藻ミックス	0.50	0.50	
にんじん(生)	5.15	5.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
和風ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> きつねうどん 牛乳 野菜のかき揚げ デコポン

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	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
油揚げ	13.00	13.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	11.67	7.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	15.00	15.00	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	170.00	170.00	
牛乳	1個	206.00	乳
野菜のかき揚げ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
不知火(デコポン)(生)	1/6個	19.30	

<献立名> わかめごはん 牛乳 とん汁 いろどりたまご焼き 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	
炊き込みわかめ	3.00	3.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(ロース・スライス)	18.00	18.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ごぼう(生)	5.56	5.00	
板こんにゃく	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
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
れんこん(いちょう)	22.00	22.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	8.00	8.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.40	1.40	
だしのもと	0.30	0.30	
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> 黒パン 牛乳 コーヒー飲料 キャベツと肉団子のスープ 川口さといもコロッケ コーンサラダ

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
コーヒー飲料	1個	12.50	
肉団子（冷凍）	38.00	38.00	大豆、鶏肉、豚肉
キャベツ（生）	35.29	30.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
たまねぎ（生）	10.64	10.00	
ほうれんそう（生）	11.11	10.00	
食塩	0.20	0.20	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	150.00	150.00	
川口市産さといもコロッケ（冷凍）	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉
なたね油（揚油）	5.00	5.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
ホールコーン（冷凍）	30.00	30.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
にんじん（生）	5.15	5.00	
サウザンアイランドドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	

<献立名> カレーライス 牛乳 温野菜サラダ 乳酸菌飲料

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(ロース・スライス)	30.00	30.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
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	
ごまドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	大豆、ごま
乳酸菌飲料	1個	65.00	乳

<献立名> ごはん 牛乳 まゆ玉汁 あんかけ豆腐ハンバーグ 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
玄米団子(冷凍)	23.00	23.00	
油揚げ	4.00	4.00	大豆
だいこん(生)	15.56	14.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ごぼう(生)	4.44	4.00	
こまつな(生)	10.59	9.00	
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	
豆腐バーグ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉
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	
鶏ももこま(皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
板こんにゃく	22.00	22.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
いんげん(冷凍)	6.00	6.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
水	2.00	2.00	

<献立名> みそラーメン 牛乳 春巻 ブロッコリーと根菜のサラダ 米粉のお祝いいちごケーキ

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)	20.00	20.00	豚肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
もやし(生)	17.00	17.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
ホールコーン(冷凍)	12.00	12.00	
しょうが(生)	1.38	1.10	
にんにく(生)	0.65	0.60	
なたね油	0.50	0.50	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	5.00	5.00	大豆
黒ソース(冷凍)	2.00	2.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
トウバンジャン	0.05	0.05	
水	170.00	170.00	
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	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
塩中華ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	
米粉のお祝いケーキ(冷凍)	1個	30.00	大豆

<献立名> はちみつパン 牛乳 野菜のクリームスープ ミートかぼちゃフライ ミニトマト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
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)	8.00	8.00	豚肉
にんじん (生)	15.46	15.00	
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
じゃがいも (生)	16.67	15.00	
キャベツ (生)	35.29	30.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.60	0.60	
こしょう (白)	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.10	1.10	大豆、鶏肉、豚肉
ホワイトルウ	7.30	7.30	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	70.00	70.00	乳
水	85.00	85.00	
ミートかぼちゃフライ (冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆、豚肉、りんご
なたね油 (揚油)	6.00	6.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
ミニトマト (生)	2個	21.56	

<献立名> ガパオライス 牛乳 たまご入りヌードルスープ 白身魚のチリソースがけ 豆乳プリン

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(自)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
豚肉(もも・ひき)	25.00	25.00	豚肉
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
パプリカ(赤)	11.11	10.00	
青ピーマン(生)	5.88	5.00	
にんにく(生)	0.65	0.60	
しょうが(生)	0.50	0.40	
ごま油	0.50	0.50	ごま
ナンプラー	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
清酒	1.00	1.00	
オイスターソース	1.00	1.00	小麦、大豆
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
三温糖	1.00	1.00	
食塩	0.06	0.06	
こしょう(白)	0.01	0.01	
牛乳	1個	206.00	乳
米粉めん	7.00	7.00	
鶏ももこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
鶏卵.全卵(生)	11.76	10.00	卵
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.50	0.50	
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
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
水	160.00	160.00	
ほき(でん粉付・冷凍)	1個	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
にんにく(生)	0.11	0.10	
なたね油	0.30	0.30	
三温糖	1.70	1.70	
清酒	2.00	2.00	
食塩	0.10	0.10	
中華スープのもと	0.10	0.10	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
トマトケチャップ	2.50	2.50	
とうがらし	0.01	0.01	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	7.00	7.00	
豆乳プリン(冷凍)	1個	40.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 パオズ 小松菜ともやしのナムル ミニピーチゼリー

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	
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
こまつな(生)	17.65	15.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
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
ピーチゼリー(冷凍)	1個	30.00	もも