

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7年

川口市学校給食献立日誌

4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」

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和7年4月10日 木曜日

<献立名> たんたんめん 牛乳 春巻 中華サラダ 豆乳いちごパンナコッタ

| 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) | 15.00 | 15.00 | 豚肉 |
| チンゲンサイ(生) | 23.53 | 20.00 | |
| えのきたけ(バラカット) | 8.00 | 8.00 | |
| ながねぎ(生) | 9.17 | 5.50 | |
| にんじん(生) | 16.49 | 16.00 | |
| にんにく(生) | 0.22 | 0.20 | |
| しょうが(生) | 0.38 | 0.30 | |
| ねりごま | 11.00 | 11.00 | ごま |
| なたね油 | 0.50 | 0.50 | |
| 三温糖 | 1.10 | 1.10 | |
| みそ(赤) | 6.60 | 6.60 | 大豆 |
| こいくちしょうゆ | 2.20 | 2.20 | 小麦、大豆 |
| 黒ソース(冷凍) | 5.50 | 5.50 | 小麦、大豆、鶏肉、ごま |
| ラー油 | 0.20 | 0.20 | 大豆、ごま |
| 中華スープのもと | 1.65 | 1.65 | 大豆、鶏肉、豚肉、ごま |
| トウバンジャン | 0.10 | 0.10 | |
| 食塩 | 0.40 | 0.40 | |
| こしょう(白) | 0.03 | 0.03 | |
| 水 | 160.00 | 160.00 | |
| 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 | |
| もやし(生) | 20.00 | 20.00 | |
| にんじん(生) | 15.46 | 15.00 | |
| こまつな(生) | 11.76 | 10.00 | |
| プレスハム(短冊) | 6.00 | 6.00 | 豚肉 |
| こいくちしょうゆ | 2.50 | 2.50 | 小麦、大豆 |
| 三温糖 | 1.20 | 1.20 | |
| すりごま(白) | 0.50 | 0.50 | ごま |
| ごま油 | 0.50 | 0.50 | ごま |
| 豆乳いちごパンナコッタ(冷凍) | 1個 | 40.00 | 大豆、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7年4月11日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが いわしの梅しょうゆ煮 磯香和え

| 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 |
| 豚肉(もも・こま) | 20.00 | 20.00 | 豚肉 |
| たまねぎ(生) | 31.91 | 30.00 | |
| じゃがいも(さいのめ) | 45.00 | 45.00 | |
| じゃがいも(生) | 55.56 | 50.00 | |
| 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 |
| ほうれんそう(冷凍) | 25.00 | 25.00 | |
| はくさい(生) | 26.60 | 25.00 | |
| あおさ(粉末) | 0.08 | 0.08 | |
| かつお節(碎片) | 1.00 | 1.00 | |
| こいくちしょうゆ | 2.50 | 2.50 | 小麦、大豆 |

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 豚肉のゆず香和え 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 |
| ごぼう(半月) | 5.00 | 5.00 | |
| にんじん(生) | 10.31 | 10.00 | |
| だいこん(生) | 22.22 | 20.00 | |
| さといも(いちょう) | 20.00 | 20.00 | |
| ながねぎ(生) | 13.33 | 8.00 | |
| 小松菜(冷凍) | 10.00 | 10.00 | |
| 豆腐(木綿) | 15.00 | 15.00 | 大豆 |
| なたね油 | 1.00 | 1.00 | |
| 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(もも・角切) | 50.00 | 50.00 | 豚肉 |
| でん粉(じゃがいも) | 5.00 | 5.00 | |
| 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 | 5.00 | 5.00 | 小麦、大豆 |
| 清酒 | 1.40 | 1.40 | |
| ゆず果汁(冷凍) | 1.70 | 1.70 | |
| 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 | 1.80 | 1.80 | |
| こいくちしょうゆ | 3.00 | 3.00 | 小麦、大豆 |
| 清酒 | 1.00 | 1.00 | |

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和7年4月15日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 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・ひき) | 25.00 | 25.00 | 豚肉 |
| たまねぎ(生) | 37.23 | 35.00 | |
| にんじん(生) | 25.77 | 25.00 | |
| 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 | |
| 清酒 | 3.00 | 3.00 | |
| 黒ソース(冷凍) | 1.20 | 1.20 | 小麦、大豆、鶏肉、ごま |
| みそ(赤) | 6.00 | 6.00 | 大豆 |
| テンメンジャン | 4.00 | 4.00 | 小麦、大豆、ごま |
| こいくちしょうゆ | 1.50 | 1.50 | 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) | 1.50 | 1.50 | |
| ごま油 | 0.30 | 0.30 | ごま |
| 三温糖 | 1.00 | 1.00 | |
| なたね油 | 0.50 | 0.50 | |
| 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) | 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 | |

センター調理中学校
(元郷センター献立)

給食日誌

令和7年4月16日水曜日

<献立名> ロールパン 牛乳 春キャベツのスープ 白身魚の香草フライ こまつなサラダ

| 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 |
| 鶏むねこま(皮つき) | 12.00 | 12.00 | 鶏肉 |
| じゃがいも(生) | 27.78 | 25.00 | |
| キャベツ(生) | 35.29 | 30.00 | |
| にんじん(生) | 15.46 | 15.00 | |
| たまねぎ(生) | 15.96 | 15.00 | |
| ほうれんそう(冷凍) | 10.00 | 10.00 | |
| 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 | 1.50 | 1.50 | 小麦、大豆 |
| 食塩 | 0.90 | 0.90 | |
| こしょう(白) | 0.02 | 0.02 | |
| 水 | 140.00 | 140.00 | |
| 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 | |
| 小松菜(冷凍) | 30.00 | 30.00 | |
| にんじん(生) | 10.31 | 10.00 | |
| ライトツナ(水煮・レトルト) | 6.00 | 6.00 | |
| 食塩 | 0.10 | 0.10 | |
| 穀物酢 | 1.00 | 1.00 | |
| ごま油 | 0.70 | 0.70 | ごま |
| こいくちしょうゆ | 2.00 | 2.00 | 小麦、大豆 |
| 三温糖 | 1.00 | 1.00 | |

<献立名> 鶏ねぎうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 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 |
| 鶏むねこま(皮つき) | 30.00 | 30.00 | 鶏肉 |
| ながねぎ(生) | 25.00 | 15.00 | |
| にんじん(生) | 10.31 | 10.00 | |
| こまつな(生) | 11.76 | 10.00 | |
| 油揚げ(カット・冷凍) | 7.00 | 7.00 | 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 |
| 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) | 25.00 | 25.00 | |
| にんじん(生) | 15.46 | 15.00 | |
| はくさい(生) | 10.64 | 10.00 | |
| こいくちしょうゆ | 2.00 | 2.00 | 小麦、大豆 |
| だしのもと | 0.20 | 0.20 | |
| みりん(本みりん) | 1.00 | 1.00 | |

<献立名> ごはん 牛乳 トック入りスープ 鶏肉の韓国風照り焼き エリンギの炒め物

| 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 |
| 豚肉(もも・こま) | 20.00 | 20.00 | 豚肉 |
| トック | 25.00 | 25.00 | |
| カットわかめ | 1.00 | 1.00 | |
| えのきたけ(バラカット) | 5.00 | 5.00 | |
| 干しいたけ(スライス) | 0.50 | 0.50 | |
| たまねぎ(生) | 26.60 | 25.00 | |
| 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 | 0.30 | 0.30 | |
| 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 | 155.00 | 155.00 | |
| 鶏もも(皮つき) | 1個 | 50.00 | 鶏肉 |
| にんにく(生) | 0.11 | 0.10 | |
| コチュジャン | 1.20 | 1.20 | 大豆 |
| こいくちしょうゆ | 4.00 | 4.00 | 小麦、大豆 |
| 清酒 | 0.50 | 0.50 | |
| みりん(本みりん) | 0.50 | 0.50 | |
| 三温糖 | 1.00 | 1.00 | |
| ごま・いり(白) | 0.50 | 0.50 | ごま |
| ごま油 | 0.30 | 0.30 | ごま |
| エリンギ(しなちくカット) | 15.00 | 15.00 | |
| ほうれんそう(冷凍) | 20.00 | 20.00 | |
| パプリカ(黄) | 5.56 | 5.00 | |
| ショルダーベーコン(短冊) | 6.00 | 6.00 | 豚肉 |
| こいくちしょうゆ | 1.00 | 1.00 | 小麦、大豆 |
| オイスターソース | 0.50 | 0.50 | |
| なたね油 | 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7年4月21日月曜日

<献立名> コッペパン 牛乳 マカロニスープ ウィンナーの香味揚げ チリコンカン

| 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) | 1個 | 70.00 | 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 |
| 鶏むねこま (皮つき) | 20.00 | 20.00 | 鶏肉 |
| たまねぎ (生) | 31.91 | 30.00 | |
| にんじん (生) | 20.62 | 20.00 | |
| ほうれんそう (冷凍) | 25.00 | 25.00 | |
| なたね油 | 0.30 | 0.30 | |
| 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 | 1.50 | 1.50 | 小麦、大豆 |
| 食塩 | 0.90 | 0.90 | |
| こしょう (白) | 0.03 | 0.03 | |
| 水 | 140.00 | 140.00 | |
| 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 |
| ごま・いり (黒) | 0.30 | 0.30 | ごま |
| カレー粉 | 0.07 | 0.07 | |
| 水 | 3.00 | 3.00 | |
| なたね油 (揚油) | 4.00 | 4.00 | |
| 大豆 (冷凍) | 6.00 | 6.00 | 大豆 |
| ひよこ豆 | 6.00 | 6.00 | |
| たまねぎ (生) | 12.77 | 12.00 | |
| にんじん (生) | 12.37 | 12.00 | |
| 豚肉 (もも・ひき) | 10.00 | 10.00 | 豚肉 |
| にんにく (生) | 0.22 | 0.20 | |
| ホールコーン (冷凍) | 5.00 | 5.00 | |
| しょうが (生) | 0.25 | 0.20 | |
| オリーブ油 | 1.00 | 1.00 | |
| トマトピューレ | 12.00 | 12.00 | |
| トマトケチャップ | 6.00 | 6.00 | |
| ウスターソース | 1.00 | 1.00 | |
| チリパウダー | 0.08 | 0.08 | |
| 三温糖 | 0.30 | 0.30 | |
| こいくちしょうゆ | 0.30 | 0.30 | 小麦、大豆 |
| 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7年4月22日 火曜日

<献立名> カレーライス 牛乳 シーフードサラダ 日向夏ゼリー

| 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) | 20.00 | 20.00 | 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) | 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 | |
| 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 |
| ガラムマサラ(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 |
| むきえび(冷凍) | 7.00 | 7.00 | えび |
| いか(短冊・冷凍) | 7.00 | 7.00 | いか |
| キャベツ(生) | 29.41 | 25.00 | |
| きゅうり(生) | 8.16 | 8.00 | |
| パプリカ(赤) | 5.56 | 5.00 | |
| パプリカ(黄) | 5.56 | 5.00 | |
| オリーブ油 | 2.50 | 2.50 | |
| 穀物酢 | 0.90 | 0.90 | |
| 三温糖 | 0.40 | 0.40 | |
| 食塩 | 0.40 | 0.40 | |
| こしょう(白) | 0.02 | 0.02 | |
| 日向夏ゼリー(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7年4月23日水曜日

<献立名> こぎつね寿司 牛乳 若竹汁 さわらの西京焼き

| 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) | 15.00 | 15.00 | 大豆 |
| 豚肉(もも・ひき) | 15.00 | 15.00 | 豚肉 |
| にんじん(生) | 20.62 | 20.00 | |
| 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 | 0.50 | 0.50 | |
| 三温糖 | 2.40 | 2.40 | |
| こいくちしょうゆ | 4.00 | 4.00 | 小麦、大豆 |
| 清酒 | 1.60 | 1.60 | |
| 牛乳 | 1個 | 206.00 | 乳 |
| 豆腐(木綿) | 30.00 | 30.00 | 大豆 |
| たけのこ(レトルト) | 20.00 | 20.00 | |
| カットわかめ | 1.00 | 1.00 | |
| たまねぎ(生) | 31.91 | 30.00 | |
| 食塩 | 0.90 | 0.90 | |
| だしのもと | 1.00 | 1.00 | |
| こいくちしょうゆ | 2.00 | 2.00 | 小麦、大豆 |
| 水 | 160.00 | 160.00 | |
| さわら西京焼き(冷凍) | 1個 | 50.00 | 大豆 |

<献立名> みそラーメン 牛乳 ぎょうざ いんげんのソテー

| 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) | 20.00 | 20.00 | 豚肉 |
| キャベツ(生) | 23.53 | 20.00 | |
| にんじん(生) | 10.31 | 10.00 | |
| もやし(生) | 20.00 | 20.00 | |
| ながねぎ(生) | 13.33 | 8.00 | |
| ホールコーン(冷凍) | 6.00 | 6.00 | |
| しょうが(生) | 1.25 | 1.00 | |
| にんにく(生) | 0.54 | 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) | 11.00 | 11.00 | 大豆 |
| みそ(赤) | 3.00 | 3.00 | 大豆 |
| とうがらし | 0.03 | 0.03 | |
| ごま油 | 0.50 | 0.50 | ごま |
| 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、鶏肉、豚肉 |
| なたね油(揚油) | 6.00 | 6.00 | |
| プレスハム(短冊) | 8.00 | 8.00 | 豚肉 |
| いんげん(冷凍) | 30.00 | 30.00 | |
| 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7年4月25日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 呉汁 さばの塩焼き 切り干し大根の煮物

| 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 |
| 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) | 22.22 | 20.00 | |
| 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) | 11.00 | 11.00 | 大豆 |
| 水 | 130.00 | 130.00 | |
| さばの塩焼き(冷凍) | 1個 | 40.00 | さば |
| 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) | 7.22 | 7.00 | |
| 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7年4月28日月曜日

<献立名> ツイストパン 牛乳 春野菜のクリームスープ オムレツミートソースかけ 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 |
|---------------|--------------|---------------|------------|
| ツイストパン | 1個 | 70.00 | 小麦、大豆 |
| 牛乳 | 1個 | 206.00 | 乳 |
| ショルダーベーコン(短冊) | 12.00 | 12.00 | 豚肉 |
| キャベツ(生) | 23.53 | 20.00 | |
| たまねぎ(生) | 21.28 | 20.00 | |
| にんじん(生) | 15.46 | 15.00 | |
| じゃがいも(生) | 22.22 | 20.00 | |
| アスパラガス(冷凍) | 5.00 | 5.00 | |
| 牛乳(調理用) | 70.00 | 70.00 | 乳 |
| コンソメのもと | 0.80 | 0.80 | 大豆、鶏肉、豚肉 |
| なたね油 | 0.50 | 0.50 | |
| 食塩 | 0.20 | 0.20 | |
| こしょう(白) | 0.02 | 0.02 | |
| ホワイトルウ | 9.00 | 9.00 | 乳、小麦、大豆、豚肉 |
| 水 | 80.00 | 80.00 | |
| 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 | |
| なたね油 | 0.10 | 0.10 | |
| 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 | |
| 水 | 2.00 | 2.00 | |
| でん粉(じゃがいも) | 0.20 | 0.20 | |
| ほうれんそう(冷凍) | 30.00 | 30.00 | |
| ぶなしめじ(バラカット) | 5.00 | 5.00 | |
| ホールコーン(冷凍) | 10.00 | 10.00 | |
| なたね油 | 0.50 | 0.50 | |
| コンソメのもと | 0.20 | 0.20 | 大豆、鶏肉、豚肉 |
| 食塩 | 0.20 | 0.20 | |
| こしょう(白) | 0.02 | 0.02 | |

<献立名> ごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 鶏のから揚げ 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 |
| さといも(いちょう) | 25.00 | 25.00 | |
| だいこん(生) | 27.78 | 25.00 | |
| にんじん(生) | 15.46 | 15.00 | |
| 油揚げ(カット・冷凍) | 10.00 | 10.00 | 大豆 |
| たまねぎ(生) | 15.96 | 15.00 | |
| こまつな(生) | 17.65 | 15.00 | |
| みそ(白) | 11.00 | 11.00 | 大豆 |
| だしのもと | 1.00 | 1.00 | |
| 水 | 130.00 | 130.00 | |
| 鶏むね肉(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 | |
| 豚肉(もも・こま) | 10.00 | 10.00 | 豚肉 |
| 板こんにゃく | 20.00 | 20.00 | |
| 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 |