

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

5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」



<献立名> カレーうどん 牛乳 いかのかりんあげ アセロラゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	200.00	200.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
なたね油	0.80	0.80	
にんじん(生)	20.62	20.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
ほうれんそう(生)	22.22	20.00	
油揚げ	7.50	7.50	大豆
三温糖	3.50	3.50	
食塩	0.40	0.40	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦、大豆
カレールー	8.20	8.20	小麦、豚肉、りんご
カレー粉	0.10	0.10	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いか短冊(でん粉付・冷凍)	50.00	50.00	いか
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
三温糖	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
水	7.00	7.00	
アセロラゼリー(冷凍)	1個	50.00	りんご

<献立名> ちらし寿司 牛乳 すまし汁 厚焼きたまご 柏もち

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	
三温糖	5.50	5.50	
穀物酢	9.10	9.10	
食塩	1.30	1.30	
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
にんじん(生)	15.46	15.00	
かんぴょう(乾)	3.00	3.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
さやえんどう(冷凍)	3.00	3.00	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	2.20	2.20	小麦、大豆
なたね油	0.50	0.50	
水	1.00	1.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
カットわかめ	0.60	0.60	
ほうれんそう(生)	12.22	11.00	
食塩	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	2.30	2.30	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	180.00	180.00	
厚焼きたまご(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆
かしわもち(冷凍)	1個	50.00	大豆

<献立名> たけのこごはん 牛乳 こしね汁 豚肉の元気ソースがけ

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	
水	120.00	120.00	
鶏むねこま（皮つき）	12.00	12.00	鶏肉
たけのこ（レトルト）	10.00	10.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
にんじん（生）	20.62	20.00	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
なたね油	0.80	0.80	
水	4.00	4.00	
牛乳	1個	206.00	乳
にんじん（生）	15.46	15.00	
だいこん（生）	27.78	25.00	
ごぼう（生）	8.89	8.00	
ながねぎ（生）	5.00	3.00	
干ししいたけ（スライス）	0.80	0.80	
板こんにゃく	13.00	13.00	
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	170.00	170.00	
豚肉（ロース・切り身）	1個	50.00	豚肉
でん粉（じゃがいも）	7.00	7.00	
なたね油（揚油）	5.00	5.00	
しょうが（生）	0.13	0.10	
にんにく（生）	0.33	0.30	
なたね油	0.30	0.30	
三温糖	3.00	3.00	
穀物酢	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
トウバンジャン	0.03	0.03	
水	2.00	2.00	

<献立名> スパゲティポローニャソース 牛乳 ポテトコロッケ ブロッコリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ゆでスパゲティ	180.00	180.00	小麦
オリーブ油	5.00	5.00	
豚肉 (もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
にんじん (生)	36.08	35.00	
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
たまねぎ (スライス・冷凍)	10.00	10.00	
エリンギ (しなちくカット)	5.00	5.00	
にんにく (生)	0.43	0.40	
オリーブ油	0.60	0.60	
トマトケチャップ	25.00	25.00	
中濃ソース	4.50	4.50	
ハヤシルウ	7.00	7.00	小麦、大豆、豚肉
デミグラスソース	7.00	7.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
でん粉 (じゃがいも)	2.50	2.50	
コンソメのもと	0.60	0.60	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.12	0.12	
こしょう (白)	0.01	0.01	
水	105.00	105.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ポテトコロッケ (冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油 (揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
ブロッコリー (冷凍)	40.00	40.00	
コーンクリーミードレッシング (ボトル)	6.00	6.00	大豆

<献立名> 高野豆腐のそぼろごはん 牛乳 つくね汁 さんまのしょうが煮

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	
凍り豆腐	7.00	7.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	17.00	17.00	豚肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
なたね油	0.80	0.80	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.50	1.50	
清酒	0.50	0.50	
水	2.00	2.00	
牛乳	1個	206.00	乳
とり肉つくね(冷凍)	25.00	25.00	大豆、鶏肉
にんじん(生)	9.28	9.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
油揚げ	7.00	7.00	大豆
ながねぎ(生)	6.67	4.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
食塩	0.90	0.90	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	160.00	160.00	
さんまのしょうが煮(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆

<献立名> ロールパン 牛乳 野菜のクリームスープ 白身魚の香草フライ ひじきのサラダ

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）	10.00	10.00	鶏肉
にんじん（生）	22.68	22.00	
たまねぎ（生）	29.79	28.00	
キャベツ（生）	41.18	35.00	
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	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	
ひじき	0.50	0.50	
にんじん（生）	8.25	8.00	
もやし（生）	13.00	13.00	
ホールコーン（冷凍）	8.00	8.00	
イタリアンドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 すいとん とんかつ キャベツのサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
すいとん(乳・卵抜き・冷凍)	25.00	25.00	小麦
こまつな(生)	9.41	8.00	
食塩	0.60	0.60	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	155.00	155.00	
とんかつ(冷凍)	2個	60.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
にんじん(生)	7.22	7.00	
えだまめ(冷凍)	8.00	8.00	大豆
もやし(生)	10.00	10.00	
たまねぎドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、りんご

<献立名> カレーライス 牛乳 海藻サラダ 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(もも・こま)	25.00	25.00	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)	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(無調整豆乳)	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	0.30	0.30	
海藻ミックス	0.70	0.70	
にんじん(生)	8.25	8.00	
もやし(生)	35.00	35.00	
塩中華ドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	
乳酸菌飲料	1個	65.00	乳

<献立名> みそラーメン 牛乳 春巻 ミニトマト

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)	22.00	22.00	豚肉
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	13.00	13.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
しょうが(生)	1.00	0.80	
にんにく(生)	0.54	0.50	
なたね油	0.80	0.80	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
みそ(白)	8.00	8.00	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	163.00	163.00	
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	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

<献立名> ジャンバラヤ 牛乳 ラビオリスープ オレンジゼリー

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	
鶏むねこま(皮つき)	25.00	25.00	鶏肉
ウィンナーソーセージ(輪切)	22.00	22.00	豚肉
にんじん(生)	7.22	7.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
トマト(カット)	10.00	10.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
カレー粉	0.09	0.09	
こしょう(白)	0.03	0.03	
食塩	0.15	0.15	
ケイジャンスパイス	0.10	0.10	
ウスターソース	1.00	1.00	
トマトケチャップ	4.50	4.50	
なたね油	0.80	0.80	
牛乳	1個	206.00	乳
ポークラビオリ(冷凍)	25.00	25.00	小麦、豚肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
食塩	0.30	0.30	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	1.20	1.20	
水	167.00	167.00	
オレンジゼリー(冷凍)	1個	30.00	オレンジ

給食日誌

令和7年5月19日月曜日

<献立名> 黒パン 牛乳 キャベツと肉団子のスープ クリスピーチキン 小松菜のサラダ

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	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
肉団子(冷凍)	35.00	35.00	大豆、鶏肉、豚肉
キャベツ(生)	41.18	35.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ほうれんそう(生)	16.67	15.00	
食塩	0.30	0.30	
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	
水	150.00	150.00	
クリスピーチキン(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
こまつな(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	10.00	10.00	
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> 鶏ごぼうごはん 牛乳 れんこん入りみそ汁 いわしのみぞれ煮

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	
鶏ももこま(皮つき)	17.00	17.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	11.11	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.20	0.20	
えだまめ(冷凍)	2.00	2.00	大豆
なたね油	0.80	0.80	
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
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
れんこん(いちょう)	20.00	20.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
にんじん(生)	8.25	8.00	
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
こまつな(生)	17.65	15.00	
水	160.00	160.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆

給食日誌

令和7年5月21日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 いも団子汁 和風おろしハンバーグ 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
じゃがいも団子(冷凍)	30.00	30.00	
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	11.34	11.00	
だいこん(生)	17.78	16.00	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
こまつな(生)	14.12	12.00	
食塩	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	152.00	152.00	
ハンバーグ(冷凍)	1個	50.00	鶏肉、豚肉
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
水	100.00	100.00	
大根おろし(冷凍)	10.00	10.00	
三温糖	1.60	1.60	
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
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
鶏むねこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
板こんにゃく	20.00	20.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.80	0.80	
三温糖	1.50	1.50	
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> ごまみそうどん 牛乳 子持ちししゃもフライ 切り干し大根のサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	200.00	200.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
鶏むねこま(皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	6.67	4.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ぶなしめじ(バラカット)	10.00	10.00	
油揚げ	4.00	4.00	大豆
ごま・いり(白)	3.00	3.00	ごま
すりごま(白)	3.00	3.00	ごま
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
みそ(白)	11.00	11.00	大豆
三温糖	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
子持ちししゃもフライ(冷凍)	2個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
切り干し大根	5.00	5.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
塩中華ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい わかめのサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(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)	33.00	33.00	豚肉
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
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	0.80	0.80	ごま
三温糖	0.50	0.50	
なたね油	0.80	0.80	
水	50.00	50.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
カットわかめ	0.80	0.80	
にんじん(生)	8.25	8.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
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

<献立名> ツイストパン 牛乳 じゃがいもとウインナーのトマト煮 コーンフライ 温野菜サラダ

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	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ウインナーソーセージFe入り(輪切)	20.00	20.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
じゃがいも(生)	66.67	60.00	
エリンギ(しなちくカット)	15.00	15.00	
ブロッコリー(冷凍)	15.00	15.00	
にんにく(生)	0.54	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.00	1.00	
食塩	0.50	0.50	
コンソメのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	10.00	10.00	
トマトピューレ	10.00	10.00	
ぶどう酒(赤)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
水	60.00	60.00	
コーンフライ(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
カットわかめ	0.30	0.30	
キャベツ(生)	29.41	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
コールスロードレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> わかめごはん 牛乳 呉汁 あじの南蛮漬け オレンジ

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(もも・こま)	9.00	9.00	豚肉
大豆(冷凍)	20.00	20.00	大豆
にんじん(生)	6.19	6.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
なたね油	0.80	0.80	
煮干し(だしパック)	1.20	1.20	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	154.00	154.00	
あじフィレ(でん粉付き・冷凍)	1個	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
にんじん(生)	3.09	3.00	
たまねぎ(生)	5.32	5.00	
三温糖	3.50	3.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
穀物酢	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
とうがらし	0.01	0.01	
水	4.00	4.00	
オレンジ(生)	1/6個	19.00	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 白ごまつくね 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	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
しょうが(生)	0.75	0.60	
さといも(いちょう)	17.00	17.00	
油揚げ	4.00	4.00	大豆
板こんにゃく	6.00	6.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.30	0.30	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	7.00	7.00	小麦、大豆
水	155.00	155.00	
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	
れんこん(いちょう)	20.00	20.00	
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> 五目わんたんめん 牛乳 揚げたこ焼き 彩りソテー

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
生わんたん(冷凍)	30.00	30.00	小麦、大豆、豚肉
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
なたね油	0.80	0.80	
にんじん(生)	15.46	15.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
中華スープのもと	1.50	1.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
がらスープ(レトルト)	10.00	10.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.90	0.90	
こしょう(白)	0.01	0.01	
ごま油	0.50	0.50	ごま
でん粉(じゃがいも)	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
たこ焼き(冷凍)	3個	60.00	大豆
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
キャベツ(生)	35.29	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.80	0.80	
コンソメのもと	0.10	0.10	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.01	0.01	

<献立名> キムタクごはん 牛乳 さつまいも汁 いろどりたまご焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
豚肉(もも・せん切り)	30.00	30.00	豚肉
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	15.00	15.00	
たくあん(せんぎり)	15.00	15.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	0.10	0.10	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
豆腐(木綿)	15.00	15.00	大豆
さつまいも(角切り)	15.00	15.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
板こんにゃく	10.00	10.00	
みそ(白)	9.00	9.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
煮干し(だしパック)	5.00	5.00	
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