

# 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

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」



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5月1日 木曜日

<献立名> カレーうどん 牛乳 揚げたこ焼き 大根サラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
だしのもと	1.00	1.00	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	13.00	13.00	小麦、大豆
カレー粉	0.30	0.30	
カレーフレーク	8.00	8.00	小麦
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00	
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	9.00	9.00	
三温糖	3.00	3.00	
トマトケチャップ	2.30	2.30	
水	1.50	1.50	
あおさ(粉末)	0.10	0.10	
だいこん(生)	22.22	20.00	
キャベツ(生)	11.76	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
たまねぎドレッシング(調理用)	6.00	6.00	小麦、大豆、りんご

<献立名> ちらし寿司 牛乳 すまし汁 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
酢めし	100.00	100.00	
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
にんじん(生)	15.46	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	7.00	7.00	大豆
たけのこ(レトルト)	12.00	12.00	
炒りたまご(冷凍)	10.00	10.00	卵、大豆
さやえんどう(冷凍)	6.00	6.00	
三温糖	1.40	1.40	
こいくちしょうゆ	2.40	2.40	小麦、大豆
食塩	0.10	0.10	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
だしのもと	0.30	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
牛乳	1個	206.00	乳
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
かまぼこ(かぶと型)	7.00	7.00	
えのきたけ(バラカット)	8.00	8.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
にんじん(生)	12.37	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	3.00	3.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
水	160.00	160.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆

<献立名> ごはん 牛乳 みそ汁 豚肉のゆず香和え 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
じゃがいも(生)	22.22	20.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
たまねぎ(生)	23.40	22.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	13.00	13.00	大豆
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	7.00	7.00	
こいくちしょうゆ	7.00	7.00	小麦、大豆
清酒	2.00	2.00	
ゆず果汁(冷凍)	2.50	2.50	
ほうれんそう(冷凍)	20.00	20.00	
えのきたけ(バラカット)	15.00	15.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	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7年5月8日 木曜日

<献立名> ミートソーススパゲティ 牛乳 チキンナゲット ブロッコリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ソフトめん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・ひき)	25.00	25.00	豚肉
にんにく(生)	0.33	0.30	
たまねぎ(生)	53.19	50.00	
にんじん(生)	36.08	35.00	
エリンギ(しなちくカット)	12.00	12.00	
たまねぎ(スライス・冷凍)	20.00	20.00	
トマトピューレ	10.00	10.00	
トマトケチャップ	28.00	28.00	
中濃ソース	4.60	4.60	
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
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	1.20	1.20	
こしょう(白)	0.03	0.03	
なたね油	0.60	0.60	
水	60.00	60.00	
牛乳	1個	206.00	乳
チキンナゲット(冷凍) 乳・卵抜き	2個	40.00	小麦、大豆、鶏肉
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
ブロッコリー(冷凍)	40.00	40.00	
ごまドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、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7年5月9日 金曜日

<献立名> 鶏ごぼうごはん 牛乳 けんちん汁 さけのマヨネーズ焼き

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
鶏むねこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
ごぼう(ささがき)	20.00	20.00	
油揚げ(カット・冷凍)	7.00	7.00	大豆
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.50	2.50	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
だしのもと	0.30	0.30	
清酒	3.00	3.00	
みりん(本みりん)	2.50	2.50	
牛乳	1個	206.00	乳
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)	20.00	20.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
板こんにゃく	15.00	15.00	
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	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
さけ切り身(冷凍)	1個	40.00	さけ
みそ(白)	2.40	2.40	大豆
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	8.00	8.00	大豆
穀物酢	1.40	1.40	

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5月12日月曜日

<献立名> 子供パン 牛乳 春キャベツの野菜スープ ポークストロガノフ フライドポテト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
子供パン	1個	70.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
キャベツ(生)	29.41	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
ほうれんそう(冷凍)	20.00	20.00	
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	0.70	0.70	
こしょう(白)	0.01	0.01	
水	150.00	150.00	
豚肉(ロース・スライス)	30.00	30.00	豚肉
にんにく(生)	0.54	0.50	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
ぶなしめじ(バラカット)	7.00	7.00	
なたね油	0.50	0.50	
トマトピューレ	6.00	6.00	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(赤)	2.00	2.00	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
小麦粉	2.00	2.00	小麦
水	5.00	5.00	
フレンチポテト(冷凍)	50.00	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
食塩	0.20	0.20	

<献立名> ごはん 牛乳 肉じゃが 五目たまご焼き 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
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(さいのめ)	90.00	90.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	25.77	25.00	
しらたき	35.00	35.00	
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
ひじき	2.50	2.50	
鶏むねひき肉(皮なし)	5.00	5.00	鶏肉
えだまめ(冷凍)	3.00	3.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
さつまあげ(冷凍)	3.00	3.00	
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	10.00	10.00	

<献立名> ごはん 牛乳 いも団子汁 豚肉のねぎみそ焼き 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
じゃがいも団子(冷凍)	28.00	28.00	
鶏むねこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
だいこん(生)	13.33	12.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
板こんにゃく	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
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	0.80	0.80	
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	
切り干し大根	6.00	6.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
えだまめ(冷凍)	4.00	4.00	大豆
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5月15日 木曜日

<献立名> 長崎ちゃんぽん 牛乳 春巻 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)	20.00	20.00	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)	15.46	15.00	
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	0.30	0.30	小麦、大豆
オイスターソース	2.00	2.00	
豚骨ラーメンスープ(レトルト)	10.00	10.00	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(無調整豆乳)	20.00	20.00	大豆
水	130.00	130.00	
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)	35.00	35.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	1.20	1.20	
ごま油	0.70	0.70	ごま
ラー油	0.03	0.03	大豆、ごま
にんにく(生)	0.22	0.20	

<献立名> たけのこごはん 牛乳 呉汁 かつおのたつた揚げ

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	
たけのこ(レトルト)	15.00	15.00	
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
にんじん(生)	7.22	7.00	
しらたき	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.00	1.00	
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	
食塩	0.10	0.10	
清酒	1.00	1.00	
水	6.00	6.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
じゃがいも(生)	16.67	15.00	
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)	13.00	13.00	大豆
水	150.00	150.00	
かつおの立田揚げ(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	4.00	4.00	

<献立名> ツイストパン 牛乳 ミネストローネ フライドチキン フレンチサラダ

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
じゃがいも(生)	16.67	15.00	
ショルダーベーコン(短冊)	5.00	5.00	豚肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
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	140.00	140.00	
鶏むね肉(皮つき)	1個	50.00	鶏肉
食塩	0.40	0.40	
こしょう(白)	0.10	0.10	
しょうが(生)	0.50	0.40	
にんにく(生)	0.22	0.20	
オールスパイス	0.02	0.02	
小麦粉	3.00	3.00	小麦
でん粉(じゃがいも)	3.00	3.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
キャベツ(生)	29.41	25.00	
きゅうり(生)	8.16	8.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
穀物酢	1.40	1.40	
三温糖	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
なたね油	3.00	3.00	
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5月20日 火曜日

<献立名> ハヤシライス 牛乳 ほうれん草とウインナーのソテー

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・こま)	28.00	28.00	豚肉
じゃがいも(生)	38.89	35.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
コンソメのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(赤)	2.00	2.00	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.03	0.03	
なたね油	0.50	0.50	
デミグラスソース	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
ハヤシルウ	16.00	16.00	小麦、大豆、豚肉
ウスターソース	3.20	3.20	
三温糖	0.80	0.80	
水	130.00	130.00	
牛乳	1個	206.00	乳
にんじん(生)	12.37	12.00	
ほうれん草(冷凍)	25.00	25.00	
エリンギ(しなちくカット)	8.00	8.00	
ウインナーソーセージFe入り(輪切)	20.00	20.00	豚肉
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.01	0.01	
コンソメのもと	0.10	0.10	大豆、鶏肉、豚肉

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 揚げしゅうまい 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
豆腐(冷凍)	120.00	120.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
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
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
プレスハム(短冊)	7.00	7.00	豚肉
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	1.60	1.60	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
ごま油	0.50	0.50	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7年5月22日 木曜日

<献立名> きつねうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ オレンジ

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)	18.00	18.00	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	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	
オレンジ(生)	1/6個	20.58	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 トック入りスープ 豚キムチ炒め いちごゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
トック	30.00	30.00	
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	150.00	150.00	
キムチ(ノンアレルギー・冷凍)	10.00	10.00	
豚肉(もも・こま)	40.00	40.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
キャベツ(生)	29.41	25.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にら(生)	10.53	10.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
にんにく(生)	0.22	0.20	
みそ(赤)	5.50	5.50	大豆
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
三温糖	0.50	0.50	
清酒	1.60	1.60	
ごま油	0.60	0.60	ごま
いちごゼリー(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5月26日月曜日

<献立名> はちみつパン 牛乳 グリーンポタージュ ハンバーグデミグラスソース イタリアンサラダ

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	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
うらごしグリーンピース(冷凍)	30.00	30.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
ショルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
グリーンピース(冷凍)	5.00	5.00	
ホワイトルウ	6.00	6.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	80.00	80.00	乳
食塩	0.40	0.40	
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
なたね油	0.50	0.50	
水	90.00	90.00	
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)	35.29	30.00	
きゅうり(生)	8.16	8.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
パプリカ(黄)	3.33	3.00	
イタリアンドレッシング(調理用)	6.00	6.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 鶏肉の照り焼き 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)	25.00	25.00	豚肉
ごぼう(半月)	6.00	6.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	13.33	12.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
こまつな(生)	11.76	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
せんべい(砕き)	8.00	8.00	小麦
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
鶏もも(皮つき)	1個	50.00	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	
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(砕片)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	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7年5月28日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 根菜汁 子持ちししゃもの南蛮風 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
だいこん(生)	22.22	20.00	
さといも(いちょう)	25.00	25.00	
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
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	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	
豚肉(もも・こま)	18.00	18.00	豚肉
板こんにゃく	30.00	30.00	
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

<献立名> たんたんめん 牛乳 ぎょうざ 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
ホット中華めん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	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)	13.33	8.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
しょうが(生)	0.38	0.30	
ねりごま	10.00	10.00	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.00	1.00	
みそ(赤)	6.50	6.50	大豆
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
黒ソース(冷凍)	6.00	6.00	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	1.50	1.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
トウバンジャン	0.10	0.10	
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.03	0.03	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ぎょうざ(冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
エリンギ(しなちくカット)	30.00	30.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
パプリカ(黄)	3.33	3.00	
シオルダーベーコン(短冊)	5.00	5.00	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	

<献立名> ごはん 牛乳 豚汁 さばの辛味焼き れんこんサラダ

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
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ(白)	13.00	13.00	大豆
水	150.00	150.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば、ごま、りんご
れんこん水煮(いちょう切り)	20.00	20.00	
きゅうり(生)	10.20	10.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
焼きちくわ(冷凍)	9.00	9.00	小麦、大豆
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	7.00	7.00	大豆
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
穀物酢	0.50	0.50	
三温糖	0.30	0.30	