

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
芝中
上青木中

小谷場中
岸川中
青木中

芝東中
北中

芝西中
幸並中

令和7年

川口市学校給食献立日誌

6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」

6 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)
6 - 2	メロンパン 牛乳 コンソメスープ ナスとトマトのグラタン フレンチサラダ	745	19.3	30.6	97.3	279	64	2.4	2.0	324	0.33	0.44	30	7.7	3.0	289.62	312.79
6 - 3	ごはん 牛乳 いも団子汁 豚肉のゆず香和え 小松菜のごま和え	783	29.3	19.7	117.8	329	93	2.6	3.8	354	1.07	0.60	29	3.2	3.0	343.70	371.20
6 - 4	ごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 いかのサラサ揚げ おかかきんぴら	782	32.2	20.0	110.4	350	92	2.3	2.6	253	0.65	0.42	15	3.5	2.6	347.98	375.82
6 - 5	おつきりこみんぜりー 牛乳 みそポテト 花野菜のサラダ 埼玉県産みかん	776	26.9	19.8	117.9	330	91	2.1	1.9	206	0.33	0.50	96	6.9	4.1	373.65	403.54
6 - 6	ごはん 牛乳 四川豆腐 しゅうまい もやしのナムル	745	31.8	16.7	114.3	485	149	2.9	4.4	337	1.12	0.58	14	3.6	2.7	318.91	344.42
6 - 9	はちみつパンソテー 牛乳 むさしのシチュー コーンフライ キャベツ	806	26.6	27.0	101.6	387	71	1.9	2.4	285	0.41	0.59	38	6.1	3.7	306.25	330.75
6 - 10	ごはん 牛乳 豚汁 さばの塩こうじ焼き 切り干し大根の煮物	773	30.3	24.1	103.8	336	104	2.2	3.3	275	0.82	0.62	13	3.7	3.0	304.46	328.82
6 - 11	ごはん 牛乳 けんちん汁 豚肉のねぎみそ焼き ちくわと野菜のサラダ	760	28.1	22.7	102.3	324	95	1.9	3.3	263	0.99	0.48	15	3.3	3.1	324.99	350.99
6 - 12	みそラーメン 牛乳 しゃくし菜ぎょうざ 中華風野菜炒め	756	32.9	22.5	95.5	356	79	2.2	3.1	301	0.68	0.52	30	5.9	3.5	315.87	341.14
6 - 13	ごはん 牛乳 呉汁 おろしハンバーグ 和風サラダ	786	30.8	19.7	115.6	500	121	9.0	3.9	240	0.85	0.53	20	8.8	2.9	283.78	306.48
6 - 16	子供パン 牛乳 コーンポタージュ オムレツミートソースかけ 枝豆とマカロニのサラダ	794	30.3	27.8	99.5	398	80	2.2	2.9	238	0.40	0.74	11	5.8	4.0	269.02	290.54
6 - 17	ごはん 牛乳 せんべい汁 あじフライ ほうれん草とえのきの煮浸し	748	28.6	16.2	104.2	339	92	2.8	3.1	405	0.80	0.56	16	4.4	2.8	313.45	338.53
6 - 20	ごはん 牛乳 トック入リスープ タッカルビ	744	25.5	15.6	119.3	268	75	1.6	3.2	246	0.76	0.53	16	3.0	2.3	316.72	342.06
6 - 23	黒パンソテー 牛乳 ミネストローネ 鶏肉のレモン風味 ほうれん草の	787	30.3	25.1	105.0	354	82	2.5	2.2	405	0.39	0.56	35	7.3	3.8	284.00	306.72
6 - 24	ごはん 牛乳 こしね汁 さわらの西京焼き 厚揚げのピリ辛炒め	760	33.8	19.4	100.2	342	104	3.3	2.9	206	0.79	0.58	10	3.2	2.3	335.37	362.20
6 - 25	かてめし 牛乳 まゆ玉汁 ゼリーフライ	776	22.0	16.7	126.6	326	92	1.7	2.9	413	0.64	0.44	16	5.8	3.1	304.59	328.96
6 - 26	むさしのうどん 牛乳 さつまいもの天ぷら ブロッコリー	747	26.1	17.1	120.4	334	93	2.3	2.2	221	0.53	0.52	46	7.5	3.1	345.89	373.56
6 - 27	カレーライス 牛乳 彩りソテー メロン	748	22.4	16.3	125.7	356	88	3.0	3.4	592	0.92	0.54	47	8.2	2.9	341.47	368.78
6 - 30	米粉入りシュガーパン 牛乳 野菜スープ たこナゲット 海藻サ	764	26.9	35.4	83.1	303	80	2.3	2.7	289	0.31	0.45	24	6.5	3.7	294.01	317.53
	合 計	14580	534.1	412.4	2060.5	6696	1745	51.2	56.2	5853	12.79	10.20	521	104.4	59.6	6013.73	6494.83
	平 均	767	28.1	21.7	108.4	352	92	2.7	3.0	308	0.67	0.54	27	5.5	3.1	316.51	341.83
	(動物性)		(13.2)	(14.8)													
	平均所要栄養量の基準	830	34.2	23.1		450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7.0			

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6月2日月曜日			
＜献立名＞ メロンパン 牛乳 コンソメスープ ナスとトマトのグラタン 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
スクールメロン	1個	50.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ウィンナーソーセージFe入り（輪切）	13.00	13.00	豚肉
じゃがいも（生）	22.22	20.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
にんじん（生）	20.62	20.00	
ブロッコリー（冷凍）	15.00	15.00	
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	2.00	2.00	小麦、大豆
こしょう（白）	0.01	0.01	
食塩	0.50	0.50	
水	150.00	150.00	
ナスとトマトの米粉グラタン（冷凍）	1個	40.00	大豆、りんご
キャベツ（生）	23.53	20.00	
きゅうり（生）	8.16	8.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
ホールコーン（冷凍）	10.00	10.00	
穀物酢	1.40	1.40	
三温糖	0.50	0.50	
食塩	0.50	0.50	
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6月3日 火曜日			
＜献立名＞ ごはん 牛乳 いも団子汁 豚肉のゆず香和え 小松菜のごま和え			
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
じゃがいも団子(冷凍)	35.00	35.00	
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
食塩	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
だしのもと	1.00	1.00	
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(揚げ)	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	
こまつな(生)	29.41	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	1.50	1.50	

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6月4日 水曜日			
＜献立名＞ ごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 いかのサラサ揚げ おかかきんぴら			
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（木綿）	35.00	35.00	大豆
こまつな（生）	11.76	10.00	
たまねぎ（生）	15.96	15.00	
だいこん（生）	11.11	10.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
さといも（いちょう）	15.00	15.00	
油揚げ（カット・冷凍）	5.00	5.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
みそ（白）	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
いか（切り身・冷凍）	1個	60.00	いか
三温糖	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
でん粉（じゃがいも）	8.00	8.00	
カレー粉	0.50	0.50	
なたね油（揚げ油）	6.00	6.00	
れんこん水煮(いちょう切り)	15.00	15.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
鶏ももこま（皮つき）	8.00	8.00	鶏肉
ごま・いり（白）	0.50	0.50	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
かつお節（碎片）	0.50	0.50	
水	5.00	5.00	

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6月5日 木曜日			
＜献立名＞ おっきりこみ 牛乳 みそポテト 花野菜のサラダ 埼玉県産みかんゼリー			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん（平打ち）	1個	100.00	小麦
鶏ももこま（皮つき）	20.00	20.00	鶏肉
油揚げ（カット・冷凍）	10.00	10.00	大豆
にんじん（生）	10.31	10.00	
だいこん（生）	11.11	10.00	
さといも（いちょう）	15.00	15.00	
こまつな（生）	11.76	10.00	
ながねぎ（生）	8.33	5.00	
干しいたけ（スライス）	0.60	0.60	
だしのもと	1.30	1.30	
こいくちしょうゆ	14.00	14.00	小麦、大豆
みりん（本みりん）	1.30	1.30	
清酒	1.30	1.30	
食塩	0.60	0.60	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
じゃがいも（乱切り）	60.00	60.00	
小麦粉	2.60	2.60	小麦
なたね油（揚げ油）	6.00	6.00	
こいくちしょうゆ	0.90	0.90	小麦、大豆
みそ（白）	3.30	3.30	大豆
三温糖	2.80	2.80	
清酒	0.70	0.70	
みりん（本みりん）	0.70	0.70	
水	2.00	2.00	
ブロッコリー（冷凍）	30.00	30.00	
カリフラワー（冷凍）	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
寄居町みかんゼリー（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6月6日 金曜日			
＜献立名＞ ごはん 牛乳 四川豆腐 しゅうまい 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
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・こま）	30.00	30.00	豚肉
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
たけのこ（レトルト）	15.00	15.00	
にんじん（生）	20.62	20.00	
干しいたけ（スライス）	0.50	0.50	
しょうが（生）	1.25	1.00	
にんにく（生）	0.43	0.40	
とうがらし	0.02	0.02	
こいくちしょうゆ	8.50	8.50	小麦、大豆
三温糖	0.60	0.60	
ごま油	0.60	0.60	ごま
でん粉（じゃがいも）	2.20	2.20	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
なたね油	0.50	0.50	
水	40.00	40.00	
ポークしゅうまい（冷凍）	2個	36.00	小麦、豚肉
もやし（生）	25.00	25.00	
にんじん（生）	12.37	12.00	
こまつな（生）	11.76	10.00	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	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	

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6月9日月曜日			
＜献立名＞ はちみつパン 牛乳 むさしのシチュー コーンフライ キャベツソテー			
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
鶏ももこま（皮つき）	15.00	15.00	鶏肉
ブロッコリー（冷凍）	15.00	15.00	
さつまいも（角切り）	35.00	35.00	
にんじん（生）	15.46	15.00	
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
コンソメのもと	1.10	1.10	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
こしょう（白）	0.05	0.05	
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	60.00	60.00	乳
水	80.00	80.00	
コーンフライ（冷凍）	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油（揚げ油）	4.00	4.00	
キャベツ（生）	41.18	35.00	
にんじん（生）	8.25	8.00	
ショルダーベーコン（短冊）	10.00	10.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
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6月10日 火曜日			
＜献立名＞ ごはん 牛乳 豚汁 さばの塩こうじ焼き 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）	15.00	15.00	豚肉
豆腐（木綿）	30.00	30.00	大豆
にんじん（生）	10.31	10.00	
ほうれんそう（冷凍）	10.00	10.00	
ながねぎ（生）	10.00	6.00	
だいこん（生）	22.22	20.00	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ（白）	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
さばの塩こうじ焼き（冷凍）	1個	50.00	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）	10.31	10.00	
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6月11日水曜日			
＜献立名＞ ごはん 牛乳 けんちん汁 豚肉のねぎみそ焼き ちくわと野菜のサラダ			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	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)	12.37	12.00	
だいこん(生)	16.67	15.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
板こんにゃく	12.00	12.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	大豆
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	
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	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
焼きちくわ(冷凍)	10.00	10.00	小麦、大豆
なたね油	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
穀物酢	0.70	0.70	
三温糖	0.60	0.60	
食塩	0.10	0.10	

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6月12日 木曜日			
＜献立名＞ みそラーメン 牛乳 しゃくし菜ぎょうざ 中華風野菜炒め			
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）	29.41	25.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
もやし（生）	20.00	20.00	
ながねぎ（生）	10.00	6.00	
ホールコーン（冷凍）	8.00	8.00	
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
しゃくし菜ぎょうざ（冷凍）	3個	60.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
なたね油（揚げ油）	6.00	6.00	
こまつな（生）	11.76	10.00	
たまねぎ（生）	15.96	15.00	
にんじん（生）	15.46	15.00	
プレスハム（短冊）	10.00	10.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
中華スープのもと	0.30	0.30	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
こしょう（白）	0.01	0.01	
ごま油	0.30	0.30	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6月13日金曜日			
＜献立名＞ ごはん 牛乳 呉汁 おろしハンバーグ 和風サラダ			
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）	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）	16.67	15.00	
じゃがいも（生）	27.78	25.00	
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）	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
ハンバーグ（冷凍）	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
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	
もやし（生）	20.00	20.00	
にんじん（生）	8.25	8.00	
ホールコーン（冷凍）	10.00	10.00	
こまつな（生）	9.41	8.00	
プレスハム（短冊）	5.00	5.00	豚肉
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
三温糖	1.50	1.50	
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6月16日月曜日			
＜献立名＞ 子供パン 牛乳 コーンポタージュ オムレツミートソースかけ 枝豆とマカロニのサラダ			
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
たまねぎ（生）	31.91	30.00	
クリームコーン（冷凍）	30.00	30.00	
ホールコーン（冷凍）	20.00	20.00	
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
パセリ（乾）	0.02	0.02	
食塩	0.40	0.40	
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
なたね油	1.00	1.00	
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）	8.00	8.00	豚肉
たまねぎ（生）	5.32	5.00	
エリンギ（冷凍）	3.00	3.00	
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	
でん粉（じゃがいも）	0.20	0.20	
水	2.00	2.00	
マカロニ（シェル・乾）	4.00	4.00	小麦
えだまめ（冷凍）	8.00	8.00	大豆
たまねぎ（生）	10.64	10.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
ライトツナ（水煮・レトルト）	8.00	8.00	
穀物酢	0.60	0.60	
食塩	0.20	0.20	
こしょう（白）	0.01	0.01	
三温糖	0.10	0.10	
マヨネーズ（卵抜き・調理用）	5.00	5.00	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6月17日 火曜日			
＜献立名＞ ごはん 牛乳 せんべい汁 あじフライ ほうれん草とえのきの煮浸し			
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
豚肉（もも・こま）	15.00	15.00	豚肉
ごぼう(半月)	8.00	8.00	
にんじん（生）	15.46	15.00	
だいこん（生）	22.22	20.00	
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	
あじフライ（冷凍）	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油（揚げ油）	4.00	4.00	
中濃ソース（ボトル）	5.00	5.00	
ほうれんそう（冷凍）	30.00	30.00	
えのきたけ（バラカット）	8.00	8.00	
にんじん（生）	8.25	8.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
みりん（本みりん）	1.00	1.00	
だしのもと	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6月20日金曜日			
＜献立名＞ ごはん 牛乳 トック入りスープ タッカルビ			
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）	12.00	12.00	豚肉
トック	35.00	35.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
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）	15.96	15.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
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	0.20	0.20	
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	160.00	160.00	
鶏もも一口大（皮つき）	40.00	40.00	鶏肉
さつまいも（角切り）	15.00	15.00	
たまねぎ（生）	15.96	15.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
青ピーマン（生）	5.88	5.00	
しょうが（生）	0.25	0.20	
にんにく（生）	0.22	0.20	
キムチ（ノンアレルギー・冷凍）	15.00	15.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま
清酒	3.00	3.00	
三温糖	0.50	0.50	
中華スープのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	
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6月23日月曜日			
＜献立名＞ 黒パン 牛乳 ミネストローネ 鶏肉のレモン風味 ほうれん草のソテー			
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
キャベツ（生）	29.41	25.00	豚肉
ショルダーベーコン（短冊）	5.00	5.00	
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	小麦
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）	3.00	3.00	
にんにく（生）	0.33	0.30	
コンソメのもと	1.00	1.00	
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	大豆、鶏肉、豚肉
水	130.00	130.00	
鶏むね肉（皮つき）	1個	50.00	鶏肉
清酒	1.00	1.00	小麦、大豆
食塩	0.20	0.20	
でん粉（じゃがいも）	5.00	5.00	
なたね油（揚げ油）	5.00	5.00	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	
レモン汁	1.50	1.50	
ほうれんそう（冷凍）	25.00	25.00	小麦、大豆
ホールコーン（冷凍）	15.00	15.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.30	0.30	
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6月24日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 こしね汁 さわらの西京焼き 厚揚げのピリ辛炒め

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）	10.00	10.00	鶏肉
だいこん（生）	22.22	20.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
ながねぎ（生）	25.00	15.00	
さといも（いちょう）	10.00	10.00	
板こんにゃく	15.00	15.00	
干しいたけ（スライス）	1.00	1.00	
油揚げ（カット・冷凍）	10.00	10.00	大豆
ごま油	0.50	0.50	ごま
だしのもと	1.00	1.00	
みそ（白）	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
さわら西京焼き（冷凍）	1個	40.00	大豆
豚肉（もも・こま）	15.00	15.00	豚肉
絹厚揚げ（冷凍）	30.00	30.00	大豆
しょうが（生）	0.38	0.30	
にんにく（生）	0.22	0.20	
たまねぎ（生）	12.77	12.00	
にんじん（生）	5.15	5.00	
にら（生）	3.16	3.00	
なたね油	0.50	0.50	
清酒	2.00	2.00	
トウバンジャン	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	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6月25日水曜日			
＜献立名＞ かてめし 牛乳 まゆ玉汁 ゼリーフライ			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米 鶏むねこま（皮つき） だいこん（生） ごぼう（ささがき） にんじん（生） 干しいたけ（スライス） 油揚げ（カット・冷凍） ごま油 こいくちしょうゆ 三温糖 清酒 食塩 だしのもと 水	100.00 10.00 16.67 10.00 10.31 0.50 5.00 0.30 2.50 1.20 1.00 0.10 0.50 5.00	100.00 10.00 15.00 10.00 10.00 0.50 5.00 0.30 2.50 1.20 1.00 0.10 0.50 5.00	鶏肉 大豆 ごま 小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
まゆ玉だんご（冷凍） にんじん（生） ながねぎ（生） ほうれんそう（冷凍） みそ（赤） みそ（白） だしのもと 水	30.00 20.62 20.00 20.00 3.00 10.00 1.00 150.00	30.00 20.00 12.00 20.00 3.00 10.00 1.00 150.00	大豆 大豆
ゼリーフライ（冷凍） なたね油（揚げ油） 中濃ソース（ボトル）	1個 5.00 5.00	50.00 5.00 5.00	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6月26日 木曜日			
＜献立名＞ むさしのうどん 牛乳 さつまいもの天ぷら ブロッコリー			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	1個	100.00	小麦
豚肉（もも・こま）	17.00	17.00	豚肉
油揚げ（カット・冷凍）	8.00	8.00	大豆
にんじん（生）	13.40	13.00	
さといも（いちょう）	15.00	15.00	
こまつな（生）	9.41	8.00	
干しいたけ（スライス）	0.50	0.50	
えのきたけ（バラカット）	5.00	5.00	
ぶなしめじ（バラカット）	5.00	5.00	
ながねぎ（生）	5.00	3.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	14.00	14.00	小麦、大豆
みりん（本みりん）	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
三温糖	1.50	1.50	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも（カット）	2個	60.00	
小麦粉	6.00	6.00	小麦
水	6.00	6.00	
なたね油（揚げ油）	6.00	6.00	
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6月27日 金曜日			
＜献立名＞ カレーライス 牛乳 彩リソテー メロン			
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 小麦 大豆、鶏肉、豚肉 小麦、大豆 鶏肉 乳 豚肉

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6月30日月曜日			
＜献立名＞ 米粉入りシュガーパン 牛乳 野菜スープ たこナゲット 海藻サラダ			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ライスボール	1個	50.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ウィンナーソーセージFe入り（輪切）	12.00	12.00	豚肉
じゃがいも（生）	33.33	30.00	
キャベツ（生）	23.53	20.00	
にんじん（生）	15.46	15.00	
たまねぎ（生）	21.28	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	1.80	1.80	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
こしょう（白）	0.01	0.01	
水	150.00	150.00	
たこナゲット（冷凍）	3個	60.00	小麦、大豆、いか
なたね油（揚げ油）	6.00	6.00	
海藻ミックス	1.00	1.00	
きゅうり（生）	12.24	12.00	
だいこん（生）	13.33	12.00	
にんじん（生）	12.37	12.00	
ホールコーン（冷凍）	5.00	5.00	
ごま・いり（白）	0.50	0.50	ごま
なたね油	2.40	2.40	
三温糖	0.60	0.60	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
穀物酢	1.50	1.50	
食塩	0.10	0.10	
こしょう（白）	0.01	0.01	