

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

10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> ねぎ塩丼 牛乳 打ち豆汁 ミニトマト

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・こま)	20.00	20.00	豚肉
豚肉(ロース・スライス)	30.00	30.00	豚肉
もやし(生)	25.00	25.00	
こまつな(生)	5.88	5.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
中華スープのもと	0.30	0.30	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
清酒	2.00	2.00	
レモン汁	1.00	1.00	
ごま・いり(白)	1.50	1.50	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
牛乳	1個	206.00	乳
打ち豆	7.00	7.00	大豆
にんじん(生)	18.56	18.00	
だいこん(生)	20.00	18.00	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
油揚げ	10.00	10.00	大豆
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
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	160.00	160.00	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

<献立名> ごぼうにやミートソーススパゲティ 牛乳 チキンナゲット 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
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)	23.00	23.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ごぼう(生)	10.00	9.00	
たまねぎ(生)	35.11	33.00	
にんじん(生)	25.77	25.00	
エリンギ(しなちくカット)	8.00	8.00	
トマトピューレ	30.00	30.00	
トマトケチャップ	13.00	13.00	
コンソメのもと	2.10	2.10	大豆、鶏肉、豚肉
ぶどう酒(赤)	1.20	1.20	
ウスターソース	1.50	1.50	
食塩	1.00	1.00	
三温糖	0.70	0.70	
こしょう(白)	0.03	0.03	
でん粉(じゃがいも)	3.50	3.50	
なたね油	0.50	0.50	
水	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
チキンナゲット(冷凍)乳・卵抜き	2個	40.00	大豆、鶏肉
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
カットわかめ	0.80	0.80	
にんじん(生)	15.46	15.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
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> ごはん 牛乳 せんべい汁 いわしのみぞれがけ きんぴらごぼう

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
せんべい(砕き)	10.00	10.00	小麦
鶏むねこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
油揚げ	9.00	9.00	大豆
にんじん(生)	9.28	9.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
だいこん(生)	15.56	14.00	
食塩	0.40	0.40	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
みりん(本みりん)	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	5.50	5.50	小麦、大豆
水	165.00	165.00	
いわしのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
にんじん(生)	13.40	13.00	
ごぼう(生)	24.44	22.00	
さつまあげ(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
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	2.00	2.00	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま

<献立名> コッペパン 牛乳 さつまいもときのこのクリームシチュー ウィンナーのカレー風味揚げ 温野菜サラダ 月見ゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
コッペパン	1個	70.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま（皮つき）	10.00	10.00	鶏肉
にんじん（生）	15.46	15.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
エリンギ（しなちくカット）	6.00	6.00	
ぶなしめじ（バラカット）	12.00	12.00	
さつまいも（角切り）	25.00	25.00	
ぶどう酒（白）	2.20	2.20	
なたね油	0.50	0.50	
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
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	75.00	75.00	乳
水	75.00	75.00	
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
カレー粉	0.05	0.05	
水	4.00	4.00	
なたね油（揚油）	4.00	4.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
キャベツ（生）	35.29	30.00	
ホールコーン（冷凍）	8.00	8.00	
サウザンアイランドドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	
月見ゼリー（冷凍）	1個	40.00	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 呉汁 あじの南蛮漬け 花野菜サラダ

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
豚肉(もも・こま)	6.00	6.00	豚肉
大豆(冷凍)	18.00	18.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	13.33	12.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
ながねぎ(生)	8.33	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	
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	
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	1.50	1.50	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	3.00	3.00	
ブロッコリー(冷凍)	20.00	20.00	
カリフラワー(冷凍)	20.00	20.00	
和風ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> ハヤシライス 牛乳 オムレツ 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
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
じゃがいも(生)	50.00	45.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
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	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.03	0.03	
なたね油	0.50	0.50	
トマトケチャップ	2.00	2.00	
デミグラスソース	8.30	8.30	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
ハヤシルウ	19.00	19.00	小麦、大豆、豚肉
ウスターソース	3.00	3.00	
三温糖	0.80	0.80	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
プレーンオムレツ(冷凍)	1個	40.00	卵、大豆
キャベツ(生)	29.41	25.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
えだまめ(冷凍)	8.00	8.00	大豆
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	

<献立名> 塩ラーメン 牛乳 春巻 オレンジ

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(ロース・せん切り)	15.00	15.00	豚肉
もやし(生)	10.00	10.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
ホールコーン(冷凍)	12.00	12.00	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	2.00	2.00	
こしょう(白)	0.04	0.04	
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	175.00	175.00	
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	
オレンジ(生)	1/6個	19.00	オレンジ

<献立名> 秋の香りごはん 牛乳 ジャがいもとわかめのみそ汁 あんかけ豆腐ハンバーグ  
ブルーベリーゼリー

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)	15.00	15.00	鶏肉
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ぶなしめじ(バラカット)	6.00	6.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.30	0.30	
清酒	1.00	1.00	
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
水	1.00	1.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ジャがいも(生)	38.89	35.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
油揚げ	9.00	9.00	大豆
カットわかめ	1.00	1.00	
煮干し(だしパック)	5.00	5.00	
みそ(白)	8.00	8.00	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
水	165.00	165.00	
豆腐バーグ(冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
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(ジャがいも)	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	
ブルーベリーゼリー(冷凍)	1個	50.00	

<献立名> はちみつパン 牛乳 マカロニスープ 白いんげん豆コロッケ もやしと枝豆のソテー

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
マカロニ (シェル・乾)	8.00	8.00	小麦
シュルダーベーコン (短冊)	8.00	8.00	豚肉
にんじん (生)	11.34	11.00	
たまねぎ (生)	22.34	21.00	
キャベツ (生)	18.82	16.00	
ホールコーン (冷凍)	6.00	6.00	
ほうれんそう (生)	13.33	12.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.90	0.90	
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
水	168.00	168.00	
白いんげん豆コロッケ (冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油 (揚油)	6.00	6.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
にんじん (生)	12.37	12.00	
えだまめ (冷凍)	10.00	10.00	大豆
もやし (生)	25.00	25.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
こしょう (白)	0.01	0.01	
コンソメのもと	0.50	0.50	大豆、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	0.10	0.10	小麦、大豆

<献立名> ビビンパ 牛乳 トック入りスープ 彩りポテト

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(ロース・スライス)	35.00	35.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
なたね油	0.50	0.50	
にんじん(生)	20.62	20.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
清酒	0.40	0.40	
三温糖	1.00	1.00	
穀物酢	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま
みそ(赤)	1.20	1.20	大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	13.00	13.00	鶏肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
トック	25.00	25.00	
カットわかめ	0.90	0.90	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.01	0.01	
中華スープのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	170.00	170.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
えだまめ(冷凍)	4.00	4.00	大豆
食塩	0.15	0.15	
こしょう(白)	0.01	0.01	

<献立名> ねぎまうどん 牛乳 さけフライ ごぼうサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	210.00	210.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
ながねぎ(生)	25.00	15.00	
にんじん(生)	13.40	13.00	
こまつな(生)	15.29	13.00	
油揚げ	10.00	10.00	大豆
なると(オキアミ・冷凍)	6.00	6.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
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	0.70	0.70	
水	170.00	170.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鮭フライ(冷凍)	1個	50.00	小麦、さけ
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース	5.00	5.00	
ごぼう(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ホールコーン(冷凍)	9.00	9.00	
ごまドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、ごま

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい 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
豆腐(木綿)	100.00	100.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	22.00	22.00	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	
ポークしゅうまい(冷凍)	3個	54.00	小麦、豚肉
海藻ミックス	0.50	0.50	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	30.00	30.00	
塩中華ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	

給食日誌

令和7年10月20日月曜日

<献立名> ツイストパン 牛乳 ニョッキのクリームスープ 白身魚の香草フライ だいこんサラダ

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
鶏むねこま（皮つき）	6.00	6.00	鶏肉
にんじん（生）	22.68	22.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
エリンギ（しなちくカット）	6.00	6.00	
ポテトニョッキ（冷凍）	25.00	25.00	小麦
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
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	8.00	8.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	80.00	80.00	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	
だいこん（生）	16.67	15.00	
キャベツ（生）	17.65	15.00	
にんじん（生）	6.19	6.00	
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> ごはん 牛乳 かみなり汁 豚肉のしょうが炒め 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
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
干しいたけ(スライス)	0.60	0.60	
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
こまつな(生)	14.12	12.00	
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	160.00	160.00	
豚肉(ロース・スライス)	40.00	40.00	豚肉
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	豚肉
しょうが(生)	1.25	1.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
清酒	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
三温糖	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	2.00	2.00	
鶏むねこま(皮つき)	13.00	13.00	鶏肉
板こんにゃく	20.00	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.50	1.50	
だしのもと	0.30	0.30	
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	3.00	3.00	小麦、大豆
水	2.00	2.00	

<献立名> キムタクごはん 牛乳 ごまみそ汁 いかのねぎしょうがソース

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(ロース・せん切り)	23.00	23.00	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)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
大豆(冷凍)	10.00	10.00	大豆
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
すりごま(白)	5.00	5.00	ごま
水	150.00	150.00	
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	
ながねぎ(生)	5.00	3.00	
しょうが(生)	1.25	1.00	
なたね油	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
三温糖	1.30	1.30	
でん粉(じゃがいも)	0.20	0.20	
水	6.00	6.00	

<献立名> たんたんめん 牛乳 ぎょうざ 枝豆のサラダ

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・ひき)	15.00	15.00	豚肉
チンゲンサイ(生)	17.65	15.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
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	1.00	1.00	
みそ(赤)	6.00	6.00	大豆
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
黒ソース(冷凍)	5.00	5.00	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	0.30	0.30	
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.03	0.03	
水	165.00	165.00	
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	
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	
中華ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま、りんご

<献立名> ごはん 牛乳 かぼちゃのみそ汁 白ごまつくね さといものうま煮

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
西洋かぼちゃ(角切り)	30.00	30.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
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	170.00	170.00	
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	
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
さといも(いちょう)	20.00	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
三温糖	1.00	1.00	
清酒	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
だしのもと	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	3.00	3.00	

<献立名> 黒パン 牛乳 ヌードルスープ ミートボールのトマトソースがけ 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
米粉めん	11.00	11.00	
鶏むねこま（皮つき）	15.00	15.00	鶏肉
キャベツ（生）	23.53	20.00	
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）	12.00	12.00	
食塩	0.50	0.50	
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	160.00	160.00	
肉団子（冷凍）	55.00	55.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油（揚油）	6.00	6.00	
たまねぎ（生）	8.51	8.00	
にんにく（生）	0.11	0.10	
オリーブ油	0.30	0.30	
トマト（カット）	8.00	8.00	
ぶどう酒（白）	2.40	2.40	
コンソメのもと	0.24	0.24	大豆、鶏肉、豚肉
三温糖	0.20	0.20	
食塩	0.05	0.05	
こしょう（白）	0.01	0.01	
でん粉（じゃがいも）	0.50	0.50	
水	5.00	5.00	
こまつな（生）	23.53	20.00	
にんじん（生）	15.46	15.00	
もやし（生）	12.00	12.00	
イタリアンドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	大豆

<献立名> フラワーロール 牛乳 ポトフ コーンフライ ブロッコリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
フラワーロール	1個	70.00	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
ウィンナーソーセージFe入り（輪切）	12.00	12.00	豚肉
にんじん（生）	20.62	20.00	
だいこん（生）	27.78	25.00	
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
じゃがいも（生）	55.56	50.00	
キャベツ（生）	35.29	30.00	
食塩	0.60	0.60	
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	2.00	2.00	小麦、大豆
パセリ（乾）	0.04	0.04	
水	85.00	85.00	
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	
ブロッコリー（冷凍）	40.00	40.00	
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> ごはん 牛乳 秋野菜のみそ汁 さばの塩焼き ひじきの五目煮

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
さつまいも(角切り)	30.00	30.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
れんこん(いちょう)	10.00	10.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
えのきたけ(バラカット)	5.00	5.00	
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	170.00	170.00	
さばの塩焼き(冷凍)	1個	50.00	さば
ひじき	1.50	1.50	
鶏むねこま(皮つき)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	5.15	5.00	
大豆(冷凍)	8.00	8.00	大豆
糸こんにゃく	5.00	5.00	
三温糖	1.50	1.50	
だしのもと	0.20	0.20	
清酒	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
水	5.00	5.00	

<献立名> きつねうどん 牛乳 野菜のかき揚げ りんご

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)	12.00	12.00	豚肉
油揚げ	13.00	13.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	11.67	7.00	
こまつな(生)	11.76	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	
りんご(生)	1/8個	28.65	りんご

給食日誌

令和7年10月31日 金曜日

<献立名> チキンライス 牛乳 パンプキンポタージュ ハンバーグデミグラスソース ほうれんそうときのこのソテー ミックスベリープリン

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
チキンライスの素	30.00	30.00	大豆、鶏肉、豚肉
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
シヨルダーベーコン(短冊)	8.00	8.00	豚肉
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
パンプキンペースト(冷凍)	38.00	38.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
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
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	80.00	80.00	乳
水	82.00	82.00	
ハンバーグ(冷凍)	1個	50.00	大豆、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	
デミグラスソース	6.50	6.50	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	6.50	6.50	
水	2.00	2.00	
ほうれんそう(生)	27.78	25.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
エリンギ(しなちくカット)	5.00	5.00	
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	
ミックスベリープリン(冷凍)	1個	40.00	