

自校調理小学校

献立実施校

本町小	幸町小	仲町小	上青木小
飯塚小	新郷小	神根小	並木小
安行小	原町小	前川小	青木中央小
元郷南小	芝西小	芝富士小	前川東小
根岸小	慈林小	差間小	戸塚南小
鳩ヶ谷小	中居小	辻小	里小
桜町小	南鳩ヶ谷小		

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」

10 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)
10 - 1	くりごはん	牛乳	あじの塩たつた揚げ	みそ汁	591	22.8	17.2	86.2	317	88	2.2	2.2	83	0.50	0.44	19	5.2	3.1	327.07	353.24
10 - 2	ごはん	牛乳	肉野菜炒め	水ぎょうざスープ	588	22.1	19.5	80.1	281	70	2.0	3.1	287	0.81	0.49	25	3.0	2.6	271.14	292.83
10 - 3	ロールコッペ	牛乳	ポークのブラウンソース煮	こふきいも 野菜スープ	607	26.5	23.2	75.5	267	71	1.3	2.7	166	0.70	0.51	35	8.9	3.1	261.68	282.61
10 - 6	ひじきごはん	牛乳	だご汁	お月見ゼリー	588	17.8	15.1	95.9	336	63	3.3	2.9	239	0.41	0.41	45	4.3	2.3	295.89	319.56
10 - 7	わかめうどん	牛乳	ちくわのごま揚げ	ぶどう	606	23.6	19.4	86.9	291	54	1.1	1.3	148	0.21	0.40	9	3.7	2.6	320.22	345.84
10 - 8	秋の実りカレー	牛乳	野菜サラダ		639	20.2	18.4	93.1	368	68	2.3	2.6	291	0.54	0.47	36	5.3	1.6	268.42	289.89
10 - 9	黒パン	牛乳	ウィンナーソテー	ボイルキャベツ 豆乳クリームスープ	593	22.2	24.2	72.2	291	68	3.5	2.5	191	0.46	0.45	17	3.3	2.7	220.88	238.55
10 - 10	食パン	ブルーベリージャム	牛乳	白いんげん豆コロッケ ミートボールのトマト煮	590	20.1	19.4	76.8	334	85	6.9	1.8	161	0.31	0.42	20	9.0	3.3	255.01	275.41
10 - 14	タンタンメン	牛乳	ポークしゅうまい	かき	589	28.1	19.5	77.1	275	56	1.4	2.3	119	0.50	0.44	29	3.4	2.7	269.04	290.56
10 - 15	とりごぼうピラフ	牛乳	ししゃもフリッター	たまごとレタスのスープ	594	21.9	24.9	68.8	340	64	2.0	2.4	206	0.46	0.54	14	3.7	2.8	254.77	275.15
10 - 16	ごはん	牛乳	肉じゃが	なめこ汁 エコふりかけ	598	24.8	15.9	92.6	322	92	2.8	3.0	224	0.76	0.48	28	10.0	2.6	258.87	279.58
10 - 17	コッペパン	牛乳	たちうおフライ	キャベツのソテー ソーセージと白菜のスープ	587	21.6	27.0	64.7	282	57	1.8	1.9	169	0.30	0.41	25	3.5	3.0	224.68	242.65
10 - 20	ねぎ塩豚丼	牛乳	けんちん汁		590	27.0	19.7	75.4	328	97	2.7	3.3	155	0.93	0.50	13	3.3	2.1	299.90	323.89
10 - 21	カレーなんばん	牛乳	いわしフライ	ふかしいも	603	21.9	17.2	91.8	346	63	1.6	1.8	214	0.24	0.47	17	4.6	2.5	283.93	306.65
10 - 22	ごはん	牛乳	四川どうふ	杏仁フルーツ	605	24.6	16.4	90.5	382	107	4.0	3.0	226	0.76	0.47	17	3.6	1.8	332.59	359.20
10 - 23	揚げパン（グラニュー糖）	牛乳	ポトフ	みかん	588	21.7	22.6	78.4	279	67	2.3	2.4	258	0.61	0.47	56	8.0	2.2	252.97	273.21
10 - 24	ツイストパン	牛乳	さつまいものグラタン	ヌードルスープ	636	22.3	22.0	87.1	362	60	1.4	2.2	219	0.33	0.50	27	4.2	3.2	273.93	295.84
10 - 27	森のきのこのハヤシライス	牛乳	じゃこサラダ		599	21.6	17.5	89.8	343	80	2.4	3.0	245	0.76	0.47	33	7.0	2.6	272.26	294.04
10 - 28	スパゲティナポリタン	牛乳	コーンフライ	ヨーグルト	628	21.7	24.6	81.0	358	56	6.1	2.1	226	0.38	0.54	9	4.4	3.0	280.81	303.27
10 - 29	豚肉と小松菜のごはん	牛乳	白菜のみそ汁		586	23.6	24.4	67.7	351	89	2.9	2.8	208	0.69	0.49	23	4.0	2.4	233.66	252.35
10 - 30	ごはん	牛乳	ユーリンチー	もやしのソテー わかめスープ	603	24.1	19.7	80.4	262	66	1.7	3.0	148	0.49	0.49	11	2.1	2.7	294.58	318.15
10 - 31	子供パン	牛乳	ハンバーグステーキ	マカロニのクリームスープ パンプキンババロア	613	23.3	21.7	80.8	495	67	7.5	2.3	231	0.33	0.50	11	4.1	2.9	291.24	314.54
合 計					13221	503.5	449.5	1792.8	7210	1588	63.2	54.6	4414	11.48	10.36	519	108.6	57.8	6043.54	6527.01
平 均					601	22.9	20.4	81.5	328	72	2.9	2.5	201	0.52	0.47	24	4.9	2.6	274.71	296.68
(動物性)							(12.1)	(14.2)												
平均所要栄養量の基準					650	26.8	18.1		350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0		
充 足 率 (%)					92	85	113		94	144	97	125	101	130	118	96	109	130		
PFCバランス (%)					100	15	31	54												

数物のおかずは学年によって違う場合があります。下記を参考にしてください。

数物学年別一覧表

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1. 4個	1	1	1	1	2	2
1. 6個	1	1	1	2	2	2
1. 8個	1	1	2	2	2	2
1. 9個	1	2	2	2	2	2
2. 4個	2	2	2	2	3	3
2. 6個	2	2	2	3	3	3
2. 7個	2	2	3	3	3	3
2. 8個	2	3	3	3	3	3

自校調理小学校 給食日誌 令和7年10月1日水曜日			
＜献立名＞ くりごはん 牛乳 あじの塩たつた揚げ みそ汁			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米（白）	60.00	60.00	小麦、大豆
もち米	5.00	5.00	
清酒	2.00	2.00	
食塩	0.70	0.70	
こいくちしょうゆ（丸大豆）	2.00	2.00	
水	85.00	85.00	
くり（カット・チルド）	25.00	25.00	
上白糖	1.60	1.60	
清酒	0.16	0.16	
食塩	0.16	0.16	
水	20.00	20.00	
牛乳	1個	206.00	乳
あじの塩たつた揚げ（冷凍）	1個	40.00	大豆
なたね油（揚げ油）	4.00	4.00	
豆腐（木綿）	40.00	40.00	大豆
じゃがいも（生）	33.33	30.00	大豆
ながねぎ（生）	13.33	8.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
みそ（白）	11.00	11.00	
だしのもと	1.00	1.00	
水	130.00	130.00	

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低)	60.00	60.00	
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）		20.00	20.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）		20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）		15.96	15.00	
にんじん（生）		15.46	15.00	
たけのこ（レトルト）		8.00	8.00	
もやし（生）		20.00	20.00	
キャベツ（生）		47.06	40.00	
なたね油		0.50	0.50	
清酒		1.00	1.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.01	0.01	
中華スープのもと		0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）		1.50	1.50	小麦、大豆
一口ぎょうざ（冷凍）		25.00	25.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
たまねぎ（生）		21.28	20.00	
にんじん（生）		10.31	10.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.02	0.02	
中華スープのもと		1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）		3.00	3.00	小麦、大豆
水		140.00	140.00	
ほうれんそう（冷凍）		5.00	5.00	

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低)	60.00	60.00	
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）		20.00	20.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）		20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）		15.96	15.00	
にんじん（生）		15.46	15.00	
たけのこ（レトルト）		8.00	8.00	
もやし（生）		20.00	20.00	
キャベツ（生）		47.06	40.00	
なたね油		0.50	0.50	
清酒		1.00	1.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.01	0.01	
中華スープのもと		0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）		1.50	1.50	小麦、大豆
一口ぎょうざ（冷凍）		25.00	25.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
たまねぎ（生）		21.28	20.00	
にんじん（生）		10.31	10.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.02	0.02	
中華スープのもと		1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）		3.00	3.00	小麦、大豆
水		140.00	140.00	
ほうれんそう（冷凍）		5.00	5.00	

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低)	60.00	60.00	
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）		20.00	20.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）		20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）		15.96	15.00	
にんじん（生）		15.46	15.00	
たけのこ（レトルト）		8.00	8.00	
もやし（生）		20.00	20.00	
キャベツ（生）		47.06	40.00	
なたね油		0.50	0.50	
清酒		1.00	1.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.01	0.01	
中華スープのもと		0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）		1.50	1.50	小麦、大豆
一口ぎょうざ（冷凍）		25.00	25.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
たまねぎ（生）		21.28	20.00	
にんじん（生）		10.31	10.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.02	0.02	
中華スープのもと		1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）		3.00	3.00	小麦、大豆
水		140.00	140.00	
ほうれんそう（冷凍）		5.00	5.00	

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低)	60.00	60.00	
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）		20.00	20.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）		20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）		15.96	15.00	
にんじん（生）		15.46	15.00	
たけのこ（レトルト）		8.00	8.00	
もやし（生）		20.00	20.00	
キャベツ（生）		47.06	40.00	
なたね油		0.50	0.50	
清酒		1.00	1.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.01	0.01	
中華スープのもと		0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）		1.50	1.50	小麦、大豆
一口ぎょうざ（冷凍）		25.00	25.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
たまねぎ（生）		21.28	20.00	
にんじん（生）		10.31	10.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.02	0.02	
中華スープのもと		1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）		3.00	3.00	小麦、大豆
水		140.00	140.00	
ほうれんそう（冷凍）		5.00	5.00	

食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00	60.00	
	(中) 70.00	70.00	
	(高) 80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）	20.00	20.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）	20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）	15.96	15.00	
にんじん（生）	15.46	15.00	
たけのこ（レトルト）	8.00	8.00	
もやし（生）	20.00	20.00	
キャベツ（生）	47.06	40.00	
なたね油	0.50	0.50	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.50	0.50	
こしょう（白）	0.01	0.01	
中華スープのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）	1.50	1.50	小麦、大豆
一口ぎょうざ（冷凍）	25.00	25.00	小麦、大豆、豚肉、ごま
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
食塩	0.50	0.50	
こしょう（白）	0.02	0.02	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ（丸大豆）	3.00	3.00	小麦、大豆
水	140.00	140.00	
ほうれんそう（冷凍）	5.00	5.00	

＜献立名＞ ロールコッペ 牛乳 ポークのブラウンソース煮 こふきいも 野菜スープ

食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
バターロール・コッペ (低)	1個	40.00	乳、小麦、大豆
バターロール・コッペ (中)	1個	50.00	乳、小麦、大豆
バターロール・コッペ (高)	1個	60.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉 (もも・スライス)	50.00	50.00	豚肉
たまねぎ (生)	21.28	20.00	
マッシュルーム (レトルト)	3.00	3.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
こしょう (白)	0.03	0.03	
コンソメのもと	0.30	0.30	大豆、鶏肉、豚肉
デミグラスソース	10.00	10.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	4.00	4.00	
ウスターソース	1.50	1.50	
中濃ソース	2.00	2.00	
水	3.00	3.00	
じゃがいも (生)	66.67	60.00	
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)	10.31	10.00	
キャベツ (生)	29.41	25.00	
ホールコーン (冷凍)	10.00	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.70	0.70	
こしょう (白)	0.02	0.02	
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 (丸大豆)	0.50	0.50	小麦、大豆
水	130.00	130.00	

自校調理小学校		給 食 日 誌		令和 7 年 10 月 6 日 月 曜日	
<献立名> ひじきごはん 牛乳 だご汁 お月見ゼリー					
食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考	
精米・強化米（白）		65.00	65.00		
水		75.00	75.00		
鶏ももこま（皮つき）		20.00	20.00	鶏肉	
にんじん（生）		10.31	10.00		
油揚げ		5.00	5.00	大豆	
糸こんにゃく		8.00	8.00		
ひじき		1.00	1.00		
なたね油		1.00	1.00		
三温糖		0.80	0.80		
清酒		1.00	1.00		
みりん（本みりん）		1.00	1.00		
食塩		0.30	0.30		
だしのもと		0.50	0.50		
こいくちしょうゆ（丸大豆）		4.00	4.00	小麦、大豆	
水		4.00	4.00		
牛乳		1個	206.00	乳	
煮込みもち（冷凍）		30.00	30.00		
だいこん（生）		22.22	20.00		
にんじん（生）		10.31	10.00		
ごぼう（生）		5.56	5.00		
ながねぎ（生）		10.00	6.00		
さといも（生）		11.76	10.00		
なたね油		0.50	0.50		
食塩		0.50	0.50		
だしのもと		1.00	1.00		
みそ（赤）		6.00	6.00	大豆	
水		120.00	120.00		
月見ゼリー（冷凍）		1個	45.00	りんご	

自校調理小学校

給食日誌

令和 7 年 10 月 7 日 火 曜 日

＜献立名＞ わかめうどん 牛乳 ちくわのごま揚げ ぶどう

食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん (低)	1個	60.00	小麦
地粉うどん (中)	1個	70.00	小麦
地粉うどん (高)	1個	80.00	小麦
鶏ももこま (皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
ながねぎ (生)	13.33	8.00	
カットわかめ	1.00	1.00	
干ししいたけ	0.50	0.50	
みりん (本みりん)	1.00	1.00	
食塩	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	5.00	5.00	小麦、大豆
かつお節 (だし用・厚けずり)	3.00	3.00	
昆布 (だし用)	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
こまつな (生)	11.76	10.00	
にんじん (生)	5.15	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
焼きちくわ (4分の1カット・冷凍)	1.8個	45.00	小麦、大豆
水	13.00	13.00	
小麦粉	11.00	11.00	小麦
ごま・生 (白)	0.50	0.50	ごま
食塩	0.10	0.10	
なたね油 (揚げ油)	8.00	8.00	
ぶどう (生)	2個	44.00	

自校調理小学校		給 食 日 誌		令和 7 年 10 月 8 日 水 曜 日
＜献立名＞ 秋の実りカレー 牛乳 野菜サラダ				
食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
麦ごはん	(低)	60.00	60.00	鶏肉
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
鶏ももこま（皮つき）		20.00	20.00	
たまねぎ（生）		26.60	25.00	
にんじん（生）		25.77	25.00	
さつまいも（生）		25.51	25.00	
ぶなしめじ（バラカット）		6.00	6.00	
しょうが（生）		0.38	0.30	
にんにく（生）		0.33	0.30	大豆、鶏肉、豚肉 りんご 乳 小麦、豚肉、りんご 乳
なたね油		0.50	0.50	
コンソメのもと		1.00	1.00	
アップルソース		6.00	6.00	
クッキングチーズ		5.00	5.00	
カレールー		12.00	12.00	
カレー粉		0.10	0.10	
脱脂粉乳		3.00	3.00	
水		100.00	100.00	
牛乳		1個	206.00	
キャベツ（生）		47.06	40.00	小麦、大豆
きゅうり（生）		20.41	20.00	
ホールコーン（冷凍）		20.00	20.00	
カットわかめ		0.50	0.50	
なたね油		2.00	2.00	
上白糖		0.40	0.40	
食塩		0.10	0.10	
穀物酢		1.50	1.50	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		2.00	2.00	

自校調理小学校 給食日誌 令和7年10月9日木曜日 ＜献立名＞ 黒パン 牛乳 ウィンナーソーテー ポイルキャベツ 豆乳クリームスープ			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
黒パン (低)	1個	40.00	小麦、大豆
黒パン (中)	1個	50.00	小麦、大豆
黒パン (高)	1個	60.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ウィンナーソーセージFe入り	2個	30.00	豚肉
トマトケチャップ	3.00	3.00	
中濃ソース	2.00	2.00	
水	2.00	2.00	
キャベツ (生)	35.29	30.00	
豚肉 (もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.70	0.70	
こしょう (白)	0.03	0.03	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
なたね油	4.00	4.00	
小麦粉	4.00	4.00	小麦
豆乳 (無調整豆乳)	60.00	60.00	大豆
水	60.00	60.00	

自校調理小学校 給食日誌 令和7年10月10日金曜日 <献立名> 食パン ブルーベリージャム 牛乳 白いんげん豆コロッケ ミートボールのトマト煮			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
食パン (低)	1個	40.00	小麦、大豆
食パン (中)	1個	50.00	
食パン (高)	1個	60.00	
ブルーベリージャム	1個	15.00	
牛乳	1個	206.00	乳
白いんげん豆コロッケ (冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油 (揚げ)	4.00	4.00	
中濃ソース	3.00	3.00	
肉団子 (冷凍)	30.00	30.00	大豆、鶏肉、豚肉
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
にんじん (生)	8.25	8.00	
キャベツ (生)	17.65	15.00	
トマト (カット)	10.00	10.00	
エリンギ (冷凍)	5.00	5.00	
トマトピューレ	10.00	10.00	
上白糖	0.20	0.20	
食塩	1.00	1.00	
こしょう (白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	1.50	1.50	
水	50.00	50.00	
じゃがいも (生)	33.33	30.00	

自校調理小学校 給食日誌 令和7年10月14日 火曜日			
＜献立名＞ タンタンメン 牛乳 ポークしゅうまい かき			
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 (低)	1個	60.00	小麦
ホット中華めん (中)	1個	70.00	小麦
ホット中華めん (高)	1個	80.00	小麦
豚肉 (もも・ひき)	25.00	25.00	豚肉
ながねぎ (生)	13.33	8.00	
たけのこ (レトルト)	8.00	8.00	
にんにく (生)	0.54	0.50	
しょうが (生)	0.63	0.50	
ごま油	1.00	1.00	ごま
食塩	0.50	0.50	
中華スープのもと	0.80	0.80	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ (丸大豆)	0.80	0.80	小麦、大豆
みそ (白)	4.00	4.00	大豆
黒ソース (冷凍)	4.00	4.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
ねりごま	10.00	10.00	ごま
トウバンジャン	0.30	0.30	
水	150.00	150.00	
チンゲンサイ (生)	17.65	15.00	
ラー油	0.10	0.10	大豆、ごま
牛乳	1個	206.00	乳
ポークしゅうまい (冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉
柿 (生)	1/8個	30.71	

自校調理小学校 給食日誌 令和7年10月15日水曜日 <献立名> とりごぼうピラフ 牛乳 ししゃもフリッター たまごとレタスのスープ			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米（白） 鶏ももこま（皮つき） ごぼう（生） たまねぎ（生） にんじん（生） なたね油 食塩 こしょう（白） コンソメのもと こいくちしょうゆ（丸大豆） 水	60.00 15.00 11.11 15.96 10.31 1.00 0.50 0.02 1.00 2.00 80.00	60.00 15.00 10.00 15.00 10.00 1.00 0.50 0.02 1.00 2.00 80.00	鶏肉 大豆、鶏肉、豚肉 小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
子持ちししゃもフリッター（冷凍） なたね油（揚げ油）	1.8個 4.00	36.00 4.00	小麦、大豆
ベーコン（短冊） たまねぎ（生） じゃがいも（生） レタス（生） なたね油 食塩 こしょう（白） コンソメのもと 水	5.00 15.96 22.22 15.31 0.50 0.60 0.02 1.00 130.00	5.00 15.00 20.00 15.00 0.50 0.60 0.02 1.00 130.00	豚肉 大豆、鶏肉、豚肉
鶏卵. 全卵（生）	17.65	15.00	卵

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低)	60.00	60.00	
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）		15.00	15.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）		10.00	10.00	豚肉
たまねぎ（生）		26.60	25.00	小麦、大豆
にんじん（生）		20.62	20.00	
じゃがいも（生）		88.89	80.00	
しらたき		15.00	15.00	
上白糖		2.50	2.50	
だしのもと		0.80	0.80	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		5.50	5.50	
水		16.00	16.00	
なめこ（冷凍）		15.00	15.00	
豆腐（木綿）		40.00	40.00	
ながねぎ（生）		8.33	5.00	大豆
みそ（白）		11.00	11.00	
かつお節（だし用）		3.00	3.00	小麦、大豆
水		130.00	130.00	
かつお節		3.00	3.00	
上白糖		1.00	1.00	
みりん（本みりん）		1.00	1.00	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		2.00	2.00	
ごま・生（白）		1.00	1.00	ごま

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低)	60.00	60.00	
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）		15.00	15.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）		10.00	10.00	豚肉
たまねぎ（生）		26.60	25.00	小麦、大豆
にんじん（生）		20.62	20.00	
じゃがいも（生）		88.89	80.00	
しらたき		15.00	15.00	
上白糖		2.50	2.50	
だしのもと		0.80	0.80	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		5.50	5.50	
水		16.00	16.00	
なめこ（冷凍）		15.00	15.00	
豆腐（木綿）		40.00	40.00	
ながねぎ（生）		8.33	5.00	大豆
みそ（白）		11.00	11.00	
かつお節（だし用）		3.00	3.00	小麦、大豆
水		130.00	130.00	
かつお節		3.00	3.00	
上白糖		1.00	1.00	
みりん（本みりん）		1.00	1.00	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		2.00	2.00	
ごま・生（白）		1.00	1.00	ごま

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低)	60.00	60.00	
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）		15.00	15.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）		10.00	10.00	豚肉
たまねぎ（生）		26.60	25.00	小麦、大豆
にんじん（生）		20.62	20.00	
じゃがいも（生）		88.89	80.00	
しらたき		15.00	15.00	
上白糖		2.50	2.50	
だしのもと		0.80	0.80	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		5.50	5.50	
水		16.00	16.00	
なめこ（冷凍）		15.00	15.00	
豆腐（木綿）		40.00	40.00	
ながねぎ（生）		8.33	5.00	大豆
みそ（白）		11.00	11.00	
かつお節（だし用）		3.00	3.00	小麦、大豆
水		130.00	130.00	
かつお節		3.00	3.00	
上白糖		1.00	1.00	
みりん（本みりん）		1.00	1.00	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		2.00	2.00	
ごま・生（白）		1.00	1.00	ごま

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低)	60.00	60.00	
	(中)	70.00	70.00	
	(高)	80.00	80.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）		15.00	15.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）		10.00	10.00	豚肉
たまねぎ（生）		26.60	25.00	小麦、大豆
にんじん（生）		20.62	20.00	
じゃがいも（生）		88.89	80.00	
しらたき		15.00	15.00	
上白糖		2.50	2.50	
だしのもと		0.80	0.80	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		5.50	5.50	
水		16.00	16.00	
なめこ（冷凍）		15.00	15.00	
豆腐（木綿）		40.00	40.00	
ながねぎ（生）		8.33	5.00	大豆
みそ（白）		11.00	11.00	
かつお節（だし用）		3.00	3.00	小麦、大豆
水		130.00	130.00	
かつお節		3.00	3.00	
上白糖		1.00	1.00	
みりん（本みりん）		1.00	1.00	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		2.00	2.00	
ごま・生（白）		1.00	1.00	ごま

食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00	60.00	
	(中) 70.00	70.00	
	(高) 80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉（もも・こま）	15.00	15.00	豚肉
豚肉（ばら・こま）	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ（生）	26.60	25.00	小麦、大豆
にんじん（生）	20.62	20.00	
じゃがいも（生）	88.89	80.00	
しらたき	15.00	15.00	
上白糖	2.50	2.50	
だしのもと	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ（丸大豆）	5.50	5.50	
水	16.00	16.00	
なめこ（冷凍）	15.00	15.00	
豆腐（木綿）	40.00	40.00	
ながねぎ（生）	8.33	5.00	大豆
みそ（白）	11.00	11.00	
かつお節（だし用）	3.00	3.00	小麦、大豆
水	130.00	130.00	
かつお節	3.00	3.00	
上白糖	1.00	1.00	
みりん（本みりん）	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ（丸大豆）	2.00	2.00	ごま
ごま・生（白）	1.00	1.00	

自校調理小学校		給 食 日 誌		令和 7 年 10 月 20 日 月 曜日	
＜献立名＞ ねぎ塩豚丼 牛乳 けんちん汁					
食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考	
精米・強化米		(低) 60.00	60.00		
		(中) 70.00	70.00		
		(高) 80.00	80.00		
豚肉（もも・こま）		40.00	40.00	豚肉	
豚肉（ばら・こま）		10.00	10.00	豚肉	
もやし（生）		30.00	30.00		
ながねぎ（生）		20.00	12.00		
にんにく（生）		0.22	0.20		
なたね油		0.50	0.50		
上白糖		0.40	0.40		
清酒		2.00	2.00		
食塩		0.50	0.50		
中華スープのもと		0.30	0.30	大豆、鶏肉、豚肉、ごま	
レモン汁（国産・冷凍）		1.00	1.00		
でん粉（じゃがいも）		1.00	1.00		
水		2.00	2.00		
ごま・生（白）		1.00	1.00	ごま	
ごま油		0.50	0.50	ごま	
牛乳		1個	206.00	乳	
豆腐（木綿）		40.00	40.00	大豆	
だいこん（生）		22.22	20.00		
にんじん（生）		10.31	10.00		
ごぼう（生）		5.56	5.00		
ながねぎ（生）		13.33	8.00		
さといも（生）		17.65	15.00		
板こんにゃく		10.00	10.00		
なたね油		0.50	0.50		
食塩		0.50	0.50		
だしのもと		1.00	1.00		
こいくちしょうゆ（丸大豆）		6.00	6.00	小麦、大豆	
水		110.00	110.00		
油揚げ		5.00	5.00	大豆	

自校調理小学校 給食日誌 令和7年10月21日火曜日			
＜献立名＞ カレーなんばん 牛乳 いわしフライ ふかしいも			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん (低)	1個	60.00	小麦
地粉うどん (中)	1個	70.00	小麦
地粉うどん (高)	1個	80.00	小麦
鶏ももこま (皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
たまねぎ (生)	37.23	35.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
ながねぎ (生)	13.33	8.00	
上白糖	0.50	0.50	
食塩	0.30	0.30	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	11.00	11.00	小麦、大豆
カレー粉	0.30	0.30	
でん粉 (じゃがいも)	5.00	5.00	
水	140.00	140.00	
ほうれんそう (冷凍)	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いわしフライ (冷凍)	1.6個	32.00	
なたね油 (揚げ油)	4.00	4.00	
さつまいも (生)	1/7個	35.00	【ふかしいも】 1～3年 1/8個 4～6年 1/6個

自校調理小学校		給 食 日 誌		令和 7 年 10 月 22 日 水 曜日			
＜献立名＞ ごはん 牛乳 四川どうふ 杏仁フルーツ							
食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考			
精米・強化米	(低)	60.00	60.00				
	(中)	70.00	70.00				
	(高)	80.00	80.00				
牛乳		1個	206.00	乳			
豆腐（木綿）		100.00	100.00	大豆			
豚肉（もも・こま）		25.00	25.00	豚肉			
清酒		0.30	0.30	小麦、大豆			
こいくちしょうゆ（丸大豆）		1.00	1.00				
しょうが（生）		0.38	0.30				
にんじん（生）		20.62	20.00				
たけのこ（レトルト）		10.00	10.00				
ながねぎ（生）		26.67	16.00				
しょうが（生）		0.63	0.50				
にんにく（生）		0.33	0.30				
干しいたけ		1.00	1.00				
なたね油		0.50	0.50				
上白糖		1.00	1.00				
食塩		0.50	0.50				
中華スープのもと		1.00	1.00			大豆、鶏肉、豚肉、ごま	
こいくちしょうゆ（丸大豆）		4.00	4.00			小麦、大豆	
とうがらし		0.01	0.01	ごま			
でん粉（じゃがいも）		2.00	2.00				
水		30.00	30.00				
ごま油		0.50	0.50				
杏仁豆腐（冷凍・調理用）		20.00	20.00	大豆			
ミックスフルーツ		45.00	45.00	りんご、もも			
寒天 ダイスカット レトルト		15.00	15.00				
カットゼリー（ぶどう・冷凍）		10.00	10.00				

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
コッペパン（袋なし）	(低)	1個	40.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）	(中)	1個	50.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）	(高)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）		5.00	5.00	
ざらめ糖（グラニュー糖）		6.00	6.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・角切）		20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）		21.28	20.00	
にんじん（生）		15.46	15.00	
じゃがいも（生）		55.56	50.00	
キャベツ（生）		35.29	30.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.03	0.03	
ローリエ		0.01	0.01	
コンソメのもと		1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
水		80.00	80.00	
ウィンナーソーセージFe入り（輪切）		20.00	20.00	豚肉
温州みかん（生）		1個	80.00	

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
コッペパン（袋なし）	(低)	1個	40.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）	(中)	1個	50.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）	(高)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）		5.00	5.00	
ざらめ糖（グラニュー糖）		6.00	6.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・角切）		20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）		21.28	20.00	
にんじん（生）		15.46	15.00	
じゃがいも（生）		55.56	50.00	
キャベツ（生）		35.29	30.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.03	0.03	
ローリエ		0.01	0.01	
コンソメのもと		1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
水		80.00	80.00	
ウィンナーソーセージFe入り（輪切）		20.00	20.00	豚肉
温州みかん（生）		1個	80.00	

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
コッペパン（袋なし）	(低)	1個	40.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）	(中)	1個	50.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）	(高)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）		5.00	5.00	
ざらめ糖（グラニュー糖）		6.00	6.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・角切）		20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）		21.28	20.00	
にんじん（生）		15.46	15.00	
じゃがいも（生）		55.56	50.00	
キャベツ（生）		35.29	30.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.03	0.03	
ローリエ		0.01	0.01	
コンソメのもと		1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
水		80.00	80.00	
ウィンナーソーセージFe入り（輪切）		20.00	20.00	豚肉
温州みかん（生）		1個	80.00	

食 品 名		一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
コッペパン（袋なし）	(低)	1個	40.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）	(中)	1個	50.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）	(高)	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）		5.00	5.00	
ざらめ糖（グラニュー糖）		6.00	6.00	
牛乳		1個	206.00	乳
豚肉（もも・角切）		20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）		21.28	20.00	
にんじん（生）		15.46	15.00	
じゃがいも（生）		55.56	50.00	
キャベツ（生）		35.29	30.00	
食塩		0.50	0.50	
こしょう（白）		0.03	0.03	
ローリエ		0.01	0.01	
コンソメのもと		1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
水		80.00	80.00	
ウィンナーソーセージFe入り（輪切）		20.00	20.00	豚肉
温州みかん（生）		1個	80.00	

食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
コッペパン（袋なし）（低）	1個	40.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）（中）	1個	50.00	小麦、大豆
コッペパン（袋なし）（高）	1個	60.00	小麦、大豆
なたね油（揚げ油）	5.00	5.00	
ざらめ糖（グラニュー糖）	6.00	6.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉（もも・角切）	20.00	20.00	豚肉
たまねぎ（生）	21.28	20.00	
にんじん（生）	15.46	15.00	
じゃがいも（生）	55.56	50.00	
キャベツ（生）	35.29	30.00	
食塩	0.50	0.50	
こしょう（白）	0.03	0.03	
ローリエ	0.01	0.01	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
水	80.00	80.00	
ウィンナーソーセージFe入り（輪切）	20.00	20.00	豚肉
温州みかん（生）	1個	80.00	

＜献立名＞ ツイストパン 牛乳 さつまいものグラタン ニードルスープ

食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ツイストパン (低)	1個	40.00	小麦、大豆
ツイストパン (中)	1個	50.00	小麦、大豆
ツイストパン (高)	1個	60.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
さつまいも (角切り)	40.00	40.00	
なたね油 (揚げ油)	4.00	4.00	
鶏むねこま (皮なし)	15.00	15.00	鶏肉
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.40	0.40	
こしょう (白)	0.01	0.01	
クッキングチーズ	3.00	3.00	乳
なたね油	1.50	1.50	
有塩バター	2.00	2.00	乳
小麦粉	5.00	5.00	小麦
脱脂粉乳	1.00	1.00	乳
牛乳 (調理用)	30.00	30.00	乳
水	18.00	18.00	
パン粉 (乾燥)	1.00	1.00	小麦
ショルダーベーコン (短冊)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ (生)	15.96	15.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
もやし (生)	15.00	15.00	
ながねぎ (生)	6.67	4.00	
食塩	1.00	1.00	
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 (丸大豆)	1.00	1.00	小麦、大豆
でん粉 (じゃがいも)	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
米粉めん	10.00	10.00	
こまつな (生)	17.65	15.00	

自校調理小学校 給食日誌 令和7年10月27日月曜日			
<献立名> 森のきのこのハヤシライス 牛乳 じゃこサラダ			
食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米 (低) 60.00 60.00 (中) 70.00 70.00 (高) 80.00 80.00			
豚肉（もも・こま） 25.00 25.00			豚肉
たまねぎ（生） 37.23 35.00			
にんじん（生） 20.62 20.00			
じゃがいも（生） 33.33 30.00			
しょうが（生） 0.38 0.30			
にんにく（生） 0.33 0.30			
なたね油 0.50 0.50			
コンソメのもと 1.00 1.00			大豆、鶏肉、豚肉
カレー粉 0.10 0.10			
ハヤシルウ 11.00 11.00			小麦、大豆、豚肉
トマトケチャップ 5.00 5.00			
ウスターソース 2.00 2.00			
水 90.00 90.00			
マッシュルーム（レトルト） 3.00 3.00			
エリンギ（冷凍） 3.00 3.00			
ぶなしめじ（バラカット） 3.00 3.00			
牛乳 1個 206.00			乳
ちりめんじゃこ（冷凍） 3.00 3.00			
なたね油（揚油） 1.00 1.00			
キャベツ（生） 47.06 40.00			
きゅうり（生） 20.41 20.00			
ホールコーン（冷凍） 20.00 20.00			
カットわかめ 0.50 0.50			
なたね油 2.00 2.00			
上白糖 0.40 0.40			
食塩 0.10 0.10			
穀物酢 1.50 1.50			
こいくちしょうゆ（丸大豆） 2.00 2.00			小麦、大豆

自校調理小学校 給食日誌 令和7年10月28日 火曜日 <献立名> スパゲティナポリタン 牛乳 コーンフライ ヨーグルト			
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	85.00	85.00	小麦 豚肉 大豆、鶏肉、豚肉
ウィンナーソーセージFe入り（輪切）	25.00	25.00	
たまねぎ（生）	51.06	48.00	
にんじん（生）	18.56	18.00	
マッシュルーム（レトルト）	6.00	6.00	
なたね油	1.20	1.20	
食塩	0.25	0.25	
こしょう（白）	0.02	0.02	
コンソメのもと	1.20	1.20	
トマトケチャップ	20.00	20.00	
ウスターソース	6.00	6.00	
牛乳	1個	206.00	乳
コーンフライ（冷凍） （低）	1 個	40.00	小麦、大豆
コーンフライ（冷凍） （中）	1 個	60.00	小麦、大豆
コーンフライ（冷凍） （高）	1 個	60.00	小麦、大豆
なたね油（揚げ油）	6.00	6.00	
ヨーグルト 【アレルギー代替食】	1個	70.00	乳
ぶどうゼリー	1個	70.00	

給食日誌		令和7年10月29日 水曜日	
献立名 豚肉と小松菜のごはん 牛乳 白菜のみそ汁			
食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米（白）	60.00	60.00	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ（丸大豆）	1.50	1.50	小麦、大豆
水	72.00	72.00	
豚肉（ばら・こま）	30.00	30.00	豚肉
豚肉（もも・こま）	10.00	10.00	豚肉
清酒	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ（丸大豆）	2.00	2.00	小麦、大豆
こまつな（生）	23.53	20.00	
にんじん（生）	10.31	10.00	
干しいたけ	0.50	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
上白糖	0.50	0.50	
食塩	0.20	0.20	
牛乳	1個	206.00	乳
はくさい（生）	31.91	30.00	
油揚げ	8.00	8.00	大豆
カットわかめ	0.50	0.50	
だしのもと	1.00	1.00	
みそ（白）	9.00	9.00	大豆
みそ（赤）	1.00	1.00	大豆
水	130.00	130.00	
じゃがいも（生）	22.22	20.00	
豆腐（木綿）	30.00	30.00	大豆

給食日誌

令和 7 年 10 月 30 日 木曜日

＜献立名＞ ごはん 牛乳 ユーリンチー もやしのソテー わかめスープ

食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米	(低) 60.00	60.00	
	(中) 70.00	70.00	
	(高) 80.00	80.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏もも一口大（皮なし）	60.00	60.00	鶏肉
にんにく（生）	0.33	0.30	
しょうが（生）	0.63	0.50	
清酒	1.00	1.00	
でん粉（じゃがいも）	6.00	6.00	
なたね油（揚げ油）	7.00	7.00	
ながねぎ（生）	8.33	5.00	
上白糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ（丸大豆）	6.00	6.00	小麦、大豆
穀物酢	3.00	3.00	
ごま油	0.30	0.30	ごま
ラー油	0.02	0.02	大豆、ごま
もやし（生）	30.00	30.00	
たまねぎ（生）	5.32	5.00	
ホールコーン（冷凍）	5.00	5.00	
なたね油	0.40	0.40	
食塩	0.20	0.20	
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（丸大豆）	0.10	0.10	小麦、大豆
にんじん（生）	5.15	5.00	
ながねぎ（生）	20.00	12.00	
カットわかめ	0.80	0.80	
食塩	0.80	0.80	
こしょう（白）	0.02	0.02	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ（丸大豆）	2.00	2.00	小麦、大豆
でん粉（じゃがいも）	2.00	2.00	
水	160.00	160.00	
ほうれんそう（冷凍）	5.00	5.00	
ごま油	0.50	0.50	ごま

＜献立名＞ 子供パン 牛乳 ハンバーグステーキ マカロニのクリームスープ パンプキン
ババロア

食 品 名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
子供パン (低)	1個	40.00	小麦、大豆
子供パン (中)	1個	50.00	小麦、大豆
子供パン (高)	1個	60.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ハンバーグ (冷凍・かぼちゃ型)	1個	40.00	大豆、鶏肉、豚肉
たまねぎ (生)	10.64	10.00	
にんにく (生)	0.22	0.20	
なたね油	0.40	0.40	
上白糖	0.40	0.40	
ぶどう酒 (赤)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ (丸大豆)	2.50	2.50	小麦、大豆
水	5.00	5.00	
豚肉 (もも・こま)	10.00	10.00	豚肉
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
マッシュルーム (レトルト)	5.00	5.00	
マカロニ (ツイスト・乾)	7.00	7.00	小麦
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.40	0.40	
こしょう (白)	0.02	0.02	
コンソメのもと	0.70	0.70	大豆、鶏肉、豚肉
ホワイトルウ	6.00	6.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳 (調理用)	50.00	50.00	乳
水	70.00	70.00	
パセリ (葉・生)	0.56	0.50	
パンプキンババロア (冷凍)	1個	28.00	大豆