

# 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

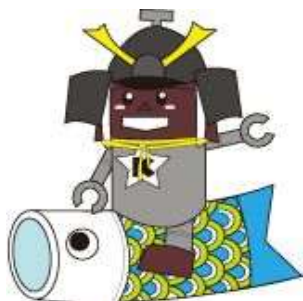
上青木中

青木中

令和8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、食品表示法に基づく食品表示基準で「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」



<献立名> ちらし寿司 牛乳 すまし汁 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
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
炒りたまご(冷凍)	7.00	7.00	卵、大豆
さやえんどう(冷凍)	5.00	5.00	
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	
さけ切り身(冷凍)	1個	40.00	さけ、大豆
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	

<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)	18.00	18.00	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)	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	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	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)	2個	40.00	大豆
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
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

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

### 給食日誌

令和8年5月8日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 肉豆腐 厚焼きたまご 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
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(生)	50.00	45.00	
豆腐(冷凍)	90.00	90.00	大豆
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	15.00	15.00	
三温糖	3.50	3.50	
こいくちしょうゆ	11.00	11.00	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
水	30.00	30.00	
厚焼きたまご(冷凍)	1個	50.00	卵、小麦、大豆
こまつな(生)	23.53	20.00	
小松菜(冷凍)	17.00	17.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
すりごま(白)	1.50	1.50	ごま
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	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8年5月11日月曜日

<献立名> 黒パン 牛乳 ラビオリスープ ウィンナーの香味揚げ いんげんとコーンのソテー

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
ポークラビオリ (冷凍)	20.00	20.00	小麦、豚肉
たまねぎ (生)	31.91	30.00	
にんじん (生)	15.46	15.00	
ほうれんそう (冷凍)	20.00	20.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
こしょう (白)	0.01	0.01	
食塩	0.40	0.40	
水	160.00	160.00	
ウィンナーソーセージ	2個	40.00	豚肉
小麦粉	3.00	3.00	小麦
ごま・いり (黒)	0.30	0.30	ごま
カレー粉	0.07	0.07	
水	3.00	3.00	
なたね油 (揚油)	4.00	4.00	
いんげん (冷凍)	25.00	25.00	
ホールコーン (冷凍)	20.00	20.00	
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> 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)	26.60	25.00	
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	0.30	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	
鶏むね一口大(皮つき)	40.00	40.00	鶏肉
さつまいも(角切り)	30.00	30.00	
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	小麦、大豆
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8年5月13日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 春キャベツのみそ汁 かつおカツ 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
新キャベツ	41.18	35.00	
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	大豆
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	140.00	140.00	
かつおカツ(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
豚肉(もも・こま)	15.00	15.00	豚肉
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.22	0.20	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
にら(生)	3.16	3.00	
絹厚揚げ(冷凍)	30.00	30.00	大豆
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	
水	3.50	3.50	

<献立名> もやしそば 牛乳 春巻 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	
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00		
にんじん(生)	20.62	20.00		
もやし(生)	40.00	40.00		
ながねぎ(生)	13.33	8.00		
にら(生)	3.16	3.00		
にんにく(生)	0.54	0.50		
しょうが(生)	1.25	1.00		
中華スープのもと	2.00	2.00		大豆、鶏肉、豚肉、ごま 小麦、大豆
こいくちしょうゆ	5.00	5.00		
食塩	0.80	0.80		
なたね油	0.50	0.50		
でん粉(じゃがいも)	2.00	2.00		
水	150.00	150.00		
牛乳	1個	206.00		
春巻(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉	
なたね油(揚油)	5.00	5.00		
エリンギ(冷凍)	20.00	20.00	小麦、大豆	
ほうれんそう(冷凍)	20.00	20.00		
パプリカ(黄)	3.33	3.00		
こいくちしょうゆ	1.00	1.00		
オイスターソース	0.50	0.50		
なたね油	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8年5月15日 金曜日

<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)	25.00	25.00	
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	40.00	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	

<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)	22.22	20.00	
シュルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	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	130.00	130.00	
鶏むね肉(皮つき)	1個	40.00	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)	4.00	4.00	
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)	7.00	7.00	
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8年5月19日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 川口みその豚汁 いわしの梅しょうゆ煮 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)	12.00	12.00	豚肉
豆腐(木綿)	30.00	30.00	大豆
じゃがいも(生)	11.11	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
小松菜(冷凍)	10.00	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
油揚げ(カット・冷凍)	6.00	6.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
川口の米・麦みそ	12.00	12.00	大豆
水	140.00	140.00	
いわし梅醤油煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
ほうれんそう(冷凍)	30.00	30.00	
はくさい(生)	21.28	20.00	
あおさ(粉末)	0.08	0.08	
かつお節(碎片)	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8年5月20日水曜日

<献立名> ガパオライス 牛乳 野菜スープ チキンナゲット

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・ひき)	23.00	23.00	豚肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
青ピーマン(生)	2.35	2.00	
パプリカ(黄)	2.22	2.00	
パプリカ(赤)	2.22	2.00	
ぶなしめじ(バラカット)	5.00	5.00	
バジル 粉	0.01	0.01	
チキンスープ	0.10	0.10	小麦、大豆、鶏肉
オイスターソース	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
ナンプラー	0.30	0.30	
清酒	0.50	0.50	
三温糖	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
なたね油	0.30	0.30	
牛乳	1個	206.00	乳
はくさい(生)	31.91	30.00	
シュルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
はるさめ	3.00	3.00	
ほうれんそう(冷凍)	20.00	20.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	0.50	0.50	
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
水	160.00	160.00	
チキンナゲット(冷凍)乳・卵抜き	3個	60.00	大豆、鶏肉
なたね油(揚油)	6.00	6.00	

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

### 給食日誌

令和8年5月21日 木曜日

<献立名> ミートソーススパゲティ 牛乳 キャベツとウィンナーのソテー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
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(冷凍)	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
キャベツ(生)	41.18	35.00	
ウィンナーソーセージ(輪切)	20.00	20.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
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8年5月22日 金曜日

<献立名> ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい もやしとチンゲンサイの炒め物

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
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
もやし(生)	20.00	20.00	
チンゲンサイ(生)	23.53	20.00	
シュルダーベーコン(短冊)	10.00	10.00	豚肉
食塩	0.10	0.10	
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	0.20	0.20	小麦、大豆
なたね油	0.50	0.50	

センター調理中学校  
(元郷センター献立)

## 給食日誌

令和8年5月25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 ほうれん草とコーンのソテー

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
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)	12.00	12.00	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)	70.00	70.00	乳
食塩	0.30	0.30	
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	95.00	95.00	
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	
ほうれんそう (冷凍)	25.00	25.00	
ホールコーン (冷凍)	12.00	12.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
なたね油	0.30	0.30	
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8年5月26日 火曜日

<献立名> ごはん 牛乳 ミーファンタン メンチカツ 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
ビーフン	6.00	6.00	
鶏むねこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
にんじん(生)	20.62	20.00	
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
ほうれんそう(冷凍)	25.00	25.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
ごま油	0.60	0.60	ごま
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	3.00	3.00	小麦、大豆
水	150.00	150.00	
メンチカツ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
もやし(生)	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
こいくちしょうゆ	2.70	2.70	小麦、大豆
三温糖	1.20	1.20	
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8年5月27日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 さばのみそ煮 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
ごぼう(半月)	5.00	5.00	
にんじん(生)	17.53	17.00	
だいこん(生)	27.78	25.00	
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	
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	0.20	0.20	
水	150.00	150.00	
さばの切り身(冷凍)	1個	50.00	さば
しょうが(生)	1.25	1.00	
みそ(赤)	5.40	5.40	大豆
こいくちしょうゆ	2.70	2.70	小麦、大豆
清酒	2.70	2.70	
三温糖	4.00	4.00	
だしのもと	0.30	0.30	
小松菜(冷凍)	20.00	20.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
油揚げ(カット・冷凍)	5.00	5.00	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8年5月28日 木曜日

<献立名> みそラーメン 牛乳 揚げぎょうざ 中華サラダ

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	
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
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	
こまつな(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(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	1.60	1.60	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
ごま油	0.50	0.50	ごま

<献立名> ハヤシライス 牛乳 三色ソテー

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)	44.44	40.00	
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	0.30	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	5.00	5.00	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	3.00	3.00	
三温糖	0.80	0.80	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ほうれんそう(冷凍)	30.00	30.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
ウィンナーソーセージ(輪切)	20.00	20.00	豚肉
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.02	0.02	