

# センター調理中学校 (元郷学校給食センター献立)

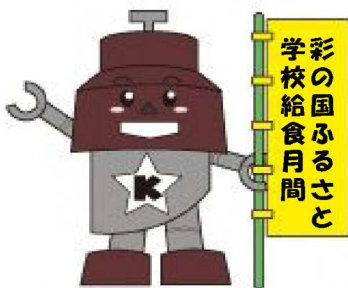
## 献立実施校

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

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9品目（えび、カシューナッツ、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、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、 pistachio、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。

※食品表示基準の改正により令和8年4月1日から「特定原材料」にカシューナッツ、「特定原材料に準ずるもの」にピスタチオが追加されました。経過措置期間が2年間設けられておりますが、学校給食にて使用する食品関連事業者等に対して、本改正に基づき食品内容成分表等に速やかに表示するよう周知しております。

○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8年6月1日月曜日

<献立名> ロールコッペ 牛乳 野菜スープ 焼きウインナー チリコンカン

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
ロールパン・コッペ	1個	70.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
じゃがいも(生)	27.78	25.00	
キャベツ(生)	23.53	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	10.64	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	10.00	10.00	
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	0.80	0.80	
こしょう(白)	0.02	0.02	
水	140.00	140.00	
ウインナーソーセージFe入り	2個	30.00	豚肉
大豆(冷凍)	6.00	6.00	大豆
ひよこ豆	6.00	6.00	
たまねぎ(生)	12.77	12.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00	
にんにく(生)	0.22	0.20	
しょうが(生)	0.25	0.20	
オリーブ油	1.00	1.00	
三温糖	0.30	0.30	
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
トマトピューレ	10.00	10.00	
トマトケチャップ	5.00	5.00	
こいくちしょうゆ	0.20	0.20	小麦、大豆
ウスターソース	1.00	1.00	
チリパウダー	0.08	0.08	

<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	100.00	100.00	
鶏ももこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
だいこん(生)	16.67	15.00	
ごぼう(ささがき)	8.00	8.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
油揚げ(カット・冷凍)	4.00	4.00	大豆
ごま油	0.30	0.30	ごま
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
三温糖	1.20	1.20	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
だしのもと	0.50	0.50	
水	5.00	5.00	
牛乳	1個	206.00	乳
まゆ玉だんご(冷凍)	30.00	30.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
こまつな(生)	23.53	20.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
みそ(白)	10.00	10.00	大豆
だしのもと	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
ゼリーフライ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	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8年6月3日水曜日

<献立名> ごはん 牛乳 ジャがいもと厚揚げのうま煮 厚焼きたまご ごぼうサラダ

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)	20.00	20.00	豚肉
じゃがいも(生)	38.89	35.00	
にんじん(生)	30.93	30.00	
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
絹厚揚げ(冷凍)	35.00	35.00	大豆
いんげん(冷凍)	5.00	5.00	
板こんにゃく	30.00	30.00	
だしのもと	0.50	0.50	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
三温糖	5.00	5.00	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦、大豆
水	40.00	40.00	
厚焼きたまご(冷凍)	1個	60.00	卵、大豆
ごぼう(ささがき)	15.00	15.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
きゅうり(生)	8.16	8.00	
プレスハム(短冊)	4.00	4.00	豚肉
三温糖	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
穀物酢	1.50	1.50	
すりごま(白)	0.50	0.50	ごま
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8年6月4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

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)	8.00	8.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
だいこん(生)	13.33	12.00	
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)	10.00	6.00	
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	13.00	13.00	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	150.00	150.00	
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)	15.00	15.00	
たまねぎドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、りんご

<献立名> ごはん 牛乳 彩の国汁 いわしのかばやき 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)	20.00	20.00	豚肉
はくさい(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
さといも(いちょう)	22.00	22.00	
こまつな(生)	17.65	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
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	0.90	0.90	
水	150.00	150.00	
いわしの開き(でん粉付・冷凍)	1個	50.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	3.00	3.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
水	12.00	12.00	
切り干し大根	5.00	5.00	
油揚げ(カット・冷凍)	4.00	4.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
えだまめ(冷凍)	4.00	4.00	大豆
鶏ももひき(皮なし)	4.00	4.00	鶏肉
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	15.00	15.00	

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6月8日月曜日

<献立名> はちみつパン 牛乳 星型マカロニスープ ハンバーグケチャップソース ポテトサラダ

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
星型米粉マカロニ	8.00	8.00	
鶏ももこま(皮つき)	20.00	20.00	鶏肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
ホールコーン(冷凍)	15.00	15.00	
なたね油	0.50	0.50	
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
食塩	0.70	0.70	
こしょう(白)	0.03	0.03	
水	160.00	160.00	
ハンバーグ(冷凍)	1個	50.00	大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	8.00	8.00	
ウスターソース	3.00	3.00	
ぶどう酒(赤)	1.00	1.00	
三温糖	0.50	0.50	
水	5.00	5.00	
じゃがいも(生)	38.89	35.00	
にんじん(生)	7.22	7.00	
きゅうり(生)	4.08	4.00	
プレスハム(短冊)	6.00	6.00	豚肉
食塩	0.10	0.10	
こしょう(白)	0.02	0.02	
マヨネーズ(卵抜き・調理用)	5.00	5.00	大豆

<献立名> ごはん 牛乳 呉汁 豚肉のしょうが焼き 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
ごぼう(半月)	10.00	10.00	
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	
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)	13.00	13.00	大豆
水	150.00	150.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
しょうが(生)	1.25	1.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
ほうれんそう(冷凍)	25.00	25.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
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	

<献立名> ごはん 牛乳 いも団子汁 あじフライ 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
じゃがいも団子(冷凍)	30.00	30.00	
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	
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	0.70	0.70	
水	150.00	150.00	
あじフライ(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(ボトル)	5.00	5.00	
豚肉(もも・こま)	18.00	18.00	豚肉
板こんにゃく	25.00	25.00	
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

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6月11日 木曜日

<献立名> 豆腐ラーメン 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
ホット中華めん	1個	100.00	小麦
豚肉(もも・ひき)	18.00	18.00	豚肉
豆腐(冷凍)	40.00	40.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
中華スープのもと	1.50	1.50	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
こいくちしょうゆ	7.00	7.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	3.00	3.00	
食塩	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
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	20.58	オレンジ

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6月12日 金曜日

<献立名> カレーライス 牛乳 フレンチサラダ 狭山茶豆乳プリン

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(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
じゃがいも(生)	44.44	40.00	
しょうが(生)	1.25	1.00	
にんにく(生)	0.54	0.50	
カレーフレーク	16.00	16.00	小麦
たまねぎ(スライス・冷凍)	10.00	10.00	
トマトケチャップ	3.00	3.00	
中濃ソース	3.00	3.00	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
カレー粉	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
こしょう(白)	0.01	0.01	
鶏レバーペースト	1.00	1.00	鶏肉
ガラムマサラ(粉末)	0.01	0.01	
なたね油	0.50	0.50	
水	130.00	130.00	
牛乳	1個	206.00	乳
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)	8.00	8.00	
プレスハム(短冊)	5.00	5.00	豚肉
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	
埼玉県産お茶プリン(冷凍)	1個	30.00	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8年6月15日月曜日

<献立名> 子供パン 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
子供パン	1個	70.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏ももこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
ブロッコリー(冷凍)	18.00	18.00	
さつまいも(角切り)	30.00	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
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	0.20	0.20	
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	60.00	小麦、大豆
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
キャベツ(生)	41.18	35.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ショルダーベーコン(短冊)	7.00	7.00	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	

<献立名> 鶏ごぼうごはん 牛乳 すまし汁 さばの辛味焼き

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	
鶏ももこま(皮つき)	18.00	18.00	鶏肉
ごぼう(ささがき)	18.00	18.00	
油揚げ(カット・冷凍)	8.00	8.00	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
豆腐(木綿)	25.00	25.00	大豆
かまぼこ(冷凍)	8.00	8.00	
えのきたけ(バラカット)	10.00	10.00	
ほうれんそう(冷凍)	18.00	18.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
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	0.60	0.60	
水	160.00	160.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、ごま、さけ、さば

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6月22日月曜日

<献立名> マーブル食パン 牛乳 ラビオリスープ 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
マーブル食パン(ココア)	1個	70.00	小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
ポークラビオリ(冷凍)	25.00	25.00	小麦、豚肉
鶏ももこま(皮つき)	12.00	12.00	鶏肉
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)	15.00	15.00	
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	0.20	0.20	
水	150.00	150.00	
豚肉(ロース・スライス)	32.00	32.00	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)	60.00	60.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
食塩	0.25	0.25	

<献立名> ごはん 牛乳 トック入りスープ 川口みそのスタミナ焼肉 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
精米・強化米	100.00	100.00	
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま(皮つき)	25.00	25.00	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)	21.28	20.00	
にんじん(生)	18.56	18.00	
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	
豚肉(ロース・スライス)	48.00	48.00	豚肉
たまねぎ(生)	26.60	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	12.00	12.00	
にら(生)	2.11	2.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
にんにく(生)	0.22	0.20	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.20	2.20	
清酒	2.20	2.20	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦、大豆
みそ(白)	1.60	1.60	大豆
みそ(赤)	2.00	2.00	大豆
川口の麦みそ	1.00	1.00	大豆
ごま・いり(白)	1.20	1.20	ごま
水	2.40	2.40	
寄居町みかんゼリー(冷凍)	1個	40.00	

<献立名> ごはん 牛乳 はるさめスープ 油淋鶏 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
豚肉(もも・こま)	20.00	20.00	豚肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
はるさめ	6.00	6.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
なたね油	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
食塩	0.60	0.60	
こしょう(白)	0.01	0.01	
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
水	160.00	160.00	
鶏もも(皮つき)	1個	60.00	鶏肉
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.02	0.02	
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
ながねぎ(生)	6.67	4.00	
にんにく(生)	0.27	0.25	
しょうが(生)	0.31	0.25	
こいくちしょうゆ	4.50	4.50	小麦、大豆
穀物酢	3.50	3.50	
三温糖	3.50	3.50	
水	3.50	3.50	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ホールコーン(冷凍)	10.00	10.00	
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	2.50	2.50	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8年6月25日 木曜日

<献立名> むさしのうどん 牛乳 かき揚げ 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)	20.00	20.00	豚肉
油揚げ(カット・冷凍)	7.00	7.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
さといも(いちょう)	18.00	18.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
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
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	
ブロッコリー(冷凍)	40.00	40.00	
ごまドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	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 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・ひき)	20.00	20.00	豚肉
たまねぎ(生)	37.23	35.00	
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)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
ながねぎ(生)	20.00	12.00	
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)	30.00	30.00	
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	

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6月29日月曜日

<献立名> メロンパン 牛乳 コーンポタージュ ポテトコロッケ ほうれん草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
スクールメロン	1個	50.00	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	7.00	7.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳(調理用)	70.00	70.00	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	90.00	90.00	
ポテトコロッケ(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
中濃ソース(ボトル)	5.00	5.00	
ほうれん草(冷凍)	15.00	15.00	
ウィンナーソーセージFe入り(輪切)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	15.46	15.00	
エリンギ(冷凍)	5.00	5.00	
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 みそ汁 豚肉のゆず香和え 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
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
じゃがいも(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	
豚肉(もも・角切)	60.00	60.00	豚肉
でん粉(じゃがいも)	6.00	6.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
三温糖	4.80	4.80	
こいくちしょうゆ	4.80	4.80	小麦、大豆
ゆず果汁(冷凍)	2.40	2.40	
ひじき	2.50	2.50	
油揚げ(カット・冷凍)	4.00	4.00	大豆
にんじん(生)	12.37	12.00	
えだまめ(冷凍)	3.00	3.00	大豆
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.30	0.30	
三温糖	1.40	1.40	
こいくちしょうゆ	2.80	2.80	小麦、大豆
水	10.00	10.00	