

自校調理中学校

献立実施校

鳩ヶ谷中 八幡木中 里中

令和6年

川口市学校給食献立日誌

2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、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ごま、カシューナッツ）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。
- 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ございます。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。
- 製造業者からの食品内容報告時、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 $\mu\text{g}/\text{ml}$ の濃度レベル又は数 $\mu\text{g}/\text{mg}$ 含有レベルに満たないこと等によりアレルギー症状を誘発する可能性が極めて低いため、アレルギー物質の表示を省略して報告を受けましたが、学校保健課判断により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> もやしそば 牛乳 いわしフライ ごぼうサラダ 福豆

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・スライス)	7.00	7.00	豚肉
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
三温糖	0.30	0.30	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
食塩	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
でん粉(じゃがいも)	2.50	2.50	
水	165.00	165.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いわしフライ(冷凍)	2個	36.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
ごぼう(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
えだまめ(冷凍)	5.00	5.00	大豆
香味塩ドレッシング(ボトル)	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、ごま
福豆	1個	10.00	大豆

<献立名> 子供パン 牛乳 ビーンズシチュー ウィンナー コーンサラダ

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	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉 (もも・こま)	7.00	7.00	豚肉
にんじん (生)	15.46	15.00	
たまねぎ (生)	26.60	25.00	
じゃがいも (生)	33.33	30.00	
大豆 (冷凍)	10.00	10.00	大豆
にんにく (生)	0.22	0.20	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.05	0.05	
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
ウスターソース	2.00	2.00	
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	
ハヤシルウ	13.00	13.00	小麦、大豆、豚肉
水	135.00	135.00	
ウィンナーソーセージ	2個	40.00	豚肉
ホールコーン (冷凍)	30.00	30.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
にんじん (生)	5.15	5.00	
コーンクリーミードレッシング (ボトル)	9.00	9.00	大豆

<献立名> 黒パン 牛乳 ヌードルスープ かぼちゃフライ 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
黒パン	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
米粉めん	9.00	9.00	
鶏むねこま（皮つき）	8.00	8.00	鶏肉
にんじん（生）	10.31	10.00	
たまねぎ（生）	24.47	23.00	
キャベツ（生）	27.06	23.00	
なたね油	0.50	0.50	
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	2.50	2.50	小麦、大豆
パセリ（乾）	0.01	0.01	
水	175.00	175.00	
かぼちゃコロッケ（冷凍）	1個	60.00	小麦、大豆、豚肉
なたね油（揚油）	6.00	6.00	
ブロッコリー（冷凍）	20.00	20.00	
カリフラワー（冷凍）	20.00	20.00	
サウザンアイランドドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	

<献立名> ごはん 牛乳 せんべい汁 あんかけ豆腐ハンバーグ 野菜のうま煮

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
せんべい(砕き)	11.00	11.00	小麦
鶏むねこま(皮つき)	8.00	8.00	鶏肉
油揚げ	7.00	7.00	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)	18.09	17.00	
ごぼう(生)	4.44	4.00	
こまつな(生)	16.47	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
なたね油	0.50	0.50	
水	170.00	170.00	
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	2.00	2.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
いんげん(冷凍)	3.00	3.00	
だいこん(生)	33.33	30.00	
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> キンパ風混ぜごはん 牛乳 わかめスープ 鶏肉の韓国風ソースがけ

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)	16.00	16.00	豚肉
にんじん(生)	8.25	8.00	
こまつな(生)	11.76	10.00	
たくあん(せんぎり)	4.00	4.00	大豆
炒りたまご(冷凍)	10.00	10.00	卵、大豆
ごま油	0.60	0.60	ごま
ごま・いり(白)	0.50	0.50	ごま
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	0.10	0.10	小麦、大豆
食塩	0.04	0.04	
三温糖	1.00	1.00	
牛乳	1個	206.00	乳
カットわかめ	1.00	1.00	
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
豆腐(木綿)	15.00	15.00	大豆
中華スープのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	0.50	0.50	
こしょう(白)	0.01	0.01	
でん粉(じゃがいも)	1.10	1.10	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
水	185.00	185.00	
鶏もも(皮つき)	1個	60.00	鶏肉
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
にんにく(生)	0.11	0.10	
コチュジャン	0.10	0.10	大豆
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
みりん(本みりん)	0.60	0.60	
三温糖	1.20	1.20	
清酒	1.20	1.20	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	

<献立名> ごまみそうどん 牛乳 笹かまぼこの磯辺揚げ ミニトマト

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)	14.00	14.00	鶏肉
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ほうれんそう(生)	11.11	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
ぶなしめじ(バラカット)	10.00	10.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
ごま・いり(白)	3.00	3.00	ごま
すりごま(白)	3.00	3.00	ごま
みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
みそ(白)	11.00	11.00	大豆
三温糖	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	160.00	160.00	
牛乳	1個	206.00	乳
笹かまぼこ	2個	40.00	
小麦粉	4.00	4.00	小麦
あおのり	0.06	0.06	
食塩	0.03	0.03	
水	3.00	3.00	
なたね油(揚油)	4.00	4.00	
ミニトマト(生)	2個	21.56	

<献立名> ごはん 牛乳 いも団子汁 さばの辛味焼き 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
じゃがいも団子(冷凍)	26.50	26.50	
にんじん(生)	13.40	13.00	
だいこん(生)	20.00	18.00	
ながねぎ(生)	10.00	6.00	
こまつな(生)	17.65	15.00	
食塩	0.80	0.80	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
だしパック(厚削り)	5.00	5.00	
水	170.00	170.00	
さばの辛味焼き(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆、さば
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごぼう(生)	27.78	25.00	
さつまあげ(冷凍)	7.00	7.00	
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	1.40	1.40	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	2.40	2.40	小麦、大豆
とうがらし	0.01	0.01	

<献立名> ごはん 牛乳 つみれ汁 里芋コロケ うの花炒り煮 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
いわしつみれ(冷凍)	20.00	20.00	
しょうが(生)	0.25	0.20	
豆腐(木綿)	15.00	15.00	大豆
こまつな(生)	11.76	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ごぼう(生)	8.89	8.00	
みそ(白)	8.40	8.40	大豆
煮干し(だしパック)	5.00	5.00	
清酒	1.00	1.00	
食塩	0.20	0.20	
水	180.00	180.00	
里芋コロケ(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	5.00	5.00	
おから(冷凍)	13.00	13.00	大豆
にんじん(生)	3.09	3.00	
干しいたけ(スライス)	0.20	0.20	
焼きちくわ(冷凍)	5.00	5.00	小麦、大豆
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.24	0.24	
三温糖	0.75	0.75	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
水	10.00	10.00	
みかんゼリー(冷凍)	1個	40.00	

<献立名> チキンライス 牛乳 かぶのクリーム煮 ほうれんそうとベーコンのキッシュ
彩りソテー 米粉のガトーショコラ

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	大豆、鶏肉	
チキンライスの素	14.00	14.00		
水	120.00	120.00		
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)	20.62	20.00		
たまねぎ(生)	26.60	25.00		
ぶなしめじ(バラカット)	10.00	10.00		
白いんげん(レトルト)	10.00	10.00		
かぶ(根、葉付き、生)	61.54	40.00		
なたね油	0.60	0.60		
食塩	0.50	0.50		
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)	50.00	50.00		乳
水	80.00	80.00		
キッシュ風オムレツ(冷凍)	1個	40.00		卵、乳、小麦、大豆、豚肉
キャベツ(生)	29.41	25.00		大豆、鶏肉、豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00		
ホールコーン(冷凍)	5.00	5.00		
なたね油	0.20	0.20		
コンソメのもと	0.10	0.10		
食塩	0.10	0.10		
こしょう(白)	0.01	0.01		
米粉のガトーショコラ(冷凍)	1個	30.00	大豆	

<献立名> コーンラーメン 牛乳 カレー春巻 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・スライス)	7.00	7.00	豚肉
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
キャベツ(生)	17.65	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
カットわかめ	0.50	0.50	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
なたね油	0.50	0.50	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、鶏肉、豚肉、ごま
食塩	1.60	1.60	
こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦、大豆
水	175.00	175.00	
牛乳	1個	206.00	乳
カレー春巻(冷凍)	1個	50.00	乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、バナナ
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
オレンジ(生)	1/6個	19.30	オレンジ

<献立名> ごはん 牛乳 けんちん汁 豚肉のしょうが風味揚げ 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
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
だいこん(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
さといも(いちょう)	13.00	13.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.40	0.40	
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	170.00	170.00	
豚肉(ロース・切り身)	1個	50.00	豚肉
でん粉(じゃがいも)	6.00	6.00	
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
しょうが(生)	1.25	1.00	
三温糖	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
清酒	2.00	2.00	
みりん(本みりん)	2.00	2.00	
でん粉(じゃがいも)	0.30	0.30	
水	5.00	5.00	
鶏むねこま(皮つき)	7.00	7.00	鶏肉
板こんにゃく	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
なたね油	0.50	0.50	
だしのもと	0.30	0.30	
三温糖	1.40	1.40	
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	2.80	2.80	小麦、大豆
水	2.00	2.00	

<献立名> はちみつパン 牛乳 マカロニスープ コーンフライ もやしのサラダ

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	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
マカロニ (シェル・乾)	9.00	9.00	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	
ほうれんそう (生)	13.33	12.00	
なたね油	0.60	0.60	
食塩	0.80	0.80	
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	165.00	165.00	
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	
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	
かんきつドレッシング (ボトル)	6.00	6.00	

<献立名> かんぴょう入り五目ごはん 牛乳 巻狩汁 黒から揚げ

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	
かんぴょう(乾)	3.00	3.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
ごぼう(生)	11.11	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
にんじん(生)	12.37	12.00	
さやえんどう(冷凍)	3.00	3.00	
だしのもと	0.20	0.20	
三温糖	1.00	1.00	
みりん(本みりん)	1.50	1.50	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
食塩	0.05	0.05	
水	3.00	3.00	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	6.00	6.00	豚肉
さといも(いちょう)	8.00	8.00	
ぶなしめじ(バラカット)	10.00	10.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
たまねぎ(生)	7.45	7.00	
なたね油	0.50	0.50	
板こんにゃく	8.00	8.00	
みそ(白)	12.00	12.00	大豆
煮干し(だしパック)	5.00	5.00	
水	180.00	180.00	
鶏もも(皮つき)	2個	50.00	鶏肉
なたね油(揚油)	5.00	5.00	
しょうが(生)	0.50	0.40	
にんにく(生)	0.43	0.40	
こしょう(白)	0.01	0.01	
ウスターソース	6.00	6.00	
でん粉(じゃがいも)	9.00	9.00	

<献立名> ビビンパ 牛乳 トック入りスープ しゅうまい

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・せん切り)	39.00	39.00	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	
ほうれんそう(生)	13.33	12.00	
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)	10.00	10.00	鶏肉
にんじん(生)	12.37	12.00	
たまねぎ(生)	24.47	23.00	
えのきたけ(バラカット)	6.00	6.00	
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	173.00	173.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	2個	36.00	小麦、豚肉

<献立名> 五目とろみそば 牛乳 ぎょうざ りんご

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・スライス)	10.00	10.00	豚肉
にんじん(生)	13.40	13.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
もやし(生)	15.00	15.00	
ほうれんそう(生)	5.56	5.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.22	0.20	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	1.00	1.00	
こしょう(白)	0.02	0.02	
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	8.00	8.00	小麦、大豆
でん粉(じゃがいも)	3.50	3.50	
水	185.00	185.00	
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	
りんご(生)	1/8個	28.65	りんご

<献立名> バターロール 牛乳 野菜たっぷりクリームシチュー ハンバーグ イタリアン
 サラダ 米粉のブルーベリータルト

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
バターロールクレセント	1個	70.00	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
鶏むねこま（皮なし）	9.00	9.00	鶏肉
にんじん（生）	20.62	20.00	
たまねぎ（生）	26.60	25.00	
じゃがいも（生）	27.78	25.00	
ブロッコリー（冷凍）	20.00	20.00	
なたね油	0.50	0.50	
食塩	0.50	0.50	
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
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、大豆、豚肉
牛乳（調理用）	65.00	65.00	乳
水	75.00	75.00	
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	
たまねぎ（生）	8.51	8.00	
なたね油	0.20	0.20	
デミグラスソース	6.00	6.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
トマトケチャップ	4.00	4.00	
水	3.00	3.00	
キャベツ（生）	29.41	25.00	
きゅうり（生）	5.10	5.00	
パプリカ（赤）	2.22	2.00	
パプリカ（黄）	2.22	2.00	
イタリアンドレッシング（ボトル）	6.00	6.00	大豆
米粉のブルーベリータルト（冷凍）	1個	25.00	大豆

給食日誌

令和6年2月27日 火曜日

<献立名> ごはん ふりかけ 牛乳 まゆ玉汁 さんまのかんろ煮 ひじきのサラダ

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
精米・強化米(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
ふりかけ(卵・のり)	1個	2.50	卵、乳、小麦、大豆、鶏肉、さば、ごま
牛乳	1個	206.00	乳
白玉もち(冷凍)	23.00	23.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
だいこん(生)	15.56	14.00	
にんじん(生)	12.37	12.00	
ごぼう(生)	4.44	4.00	
こまつな(生)	10.59	9.00	
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	165.00	165.00	
さんまのかんろ煮(冷凍)	1個	40.00	小麦、大豆
ひじき	1.00	1.00	
にんじん(生)	8.25	8.00	
もやし(生)	8.00	8.00	
ホールコーン(冷凍)	8.00	8.00	
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> カレーライス 牛乳 温野菜サラダ プルーン

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	
水	120.00	120.00	
豚肉(もも・こま)	23.00	23.00	豚肉
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	20.62	20.00	
じゃがいも(生)	55.56	50.00	
しょうが(生)	0.38	0.30	
にんにく(生)	0.33	0.30	
カレールー	18.00	18.00	小麦、豚肉、りんご
豆乳	6.00	6.00	大豆
トマトケチャップ	6.50	6.50	
ウスターソース	2.50	2.50	
中濃ソース	1.00	1.00	
コンソメのもと	1.20	1.20	大豆、鶏肉、豚肉
カレー粉	0.40	0.40	
なたね油	0.50	0.50	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
カットわかめ	0.50	0.50	
キャベツ(生)	41.18	35.00	
ホールコーン(冷凍)	20.00	20.00	
ごまドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、ごま
プルーン(乾)	1個	14.00	

<献立名> きつねうどん 牛乳 野菜のかき揚げ **デコポン**

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)	9.00	9.00	豚肉
油揚げ	13.00	13.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
たまねぎ(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	11.67	7.00	
ほうれんそう(生)	11.11	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	
不知火(デコポン)(生)	1/6個	19.30	