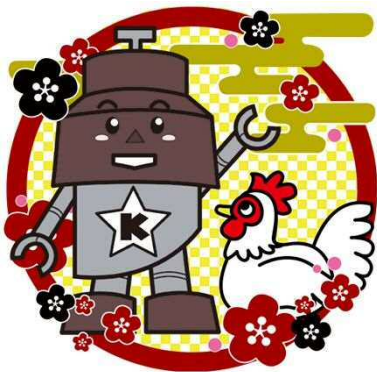


平成28年度

# 川口市学校給食献立日誌

## 1月

自校調理中学校



献立実施校  
鳩ヶ谷・八幡木・里

川口市教育委員会



## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 11 日 水曜日

&lt;献立名&gt; さといもごはん 牛乳 お雑煮 鶏肉のごま風味揚げ

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	
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
油揚げ	6.00	6.00	大豆
にんじん(生)	15.46	15.00	
ぶなしめじ(バラカット)	7.00	7.00	
さやえんどう(冷凍)	2.00	2.00	
だしのもと	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
食塩	0.20	0.20	
清酒	1.00	1.00	
なたね油	0.50	0.50	
牛乳	1個	206.00	乳
煮込みもち(冷凍)	20.00	20.00	
鶏むねこま(皮なし)	10.00	10.00	鶏肉
なたね油	0.50	0.50	
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
かまぼこ(冷凍)	6.00	6.00	
脱水ほうれんそう(冷凍)	12.00	12.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしパック(厚削り)	4.00	4.00	
食塩	0.50	0.50	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
清酒	0.50	0.50	
水	150.00	150.00	
鶏もも(皮つき)	1個	60.00	鶏肉
でん粉(じゃがいも)	7.00	7.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
三温糖	2.00	2.00	
清酒	1.00	1.00	
すりごま(白)	1.00	1.00	ごま
水	5.00	5.00	

自校調理中学校

給食日誌

平成 29 年 1 月 12 日 木曜日

<献立名> たんめん 牛乳 春巻 野菜ソテー いよかん

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・こま）	20.00	20.00	豚肉
ながねぎ（生）	13.33	8.00	
干しいたけ（スライス）	0.50	0.50	
にんじん（生）	15.46	15.00	
もやし（生）	10.00	10.00	
キャベツ（生）	11.76	10.00	
うずら卵（レトルト）	20.00	20.00	卵
なたね油	0.50	0.50	
食塩	1.50	1.50	
こしょう（白）	0.02	0.02	
でん粉（じゃがいも）	1.00	1.00	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、ごま、鶏肉、豚肉
がらスープ（レトルト）	20.00	20.00	鶏肉、豚肉
水	150.00	150.00	
牛乳	1個	206.00	乳
春巻（冷凍）	1個	50.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
なたね油（揚油）	5.00	5.00	
キャベツ（生）	23.53	20.00	
もやし（生）	10.00	10.00	
豚肉（もも・こま）	10.00	10.00	豚肉
なたね油	0.30	0.30	
食塩	0.10	0.10	
こいくちしょうゆ	0.80	0.80	小麦、大豆
でん粉（じゃがいも）	1.00	1.00	
水	1.00	1.00	
いよかん（生）	1/6個	28.00	

## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 13 日 金曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 しょうが入り具だくさんみそ汁 ぶりの照り焼き 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(白)	100.00	100.00	
水	120.00	120.00	
牛乳	1個	206.00	乳
小松菜(冷凍)	10.00	10.00	
れんこん水煮(いちょう切り)	5.00	5.00	
ながねぎ(生)	16.67	10.00	
ごぼう(生)	11.11	10.00	
だいこん(生)	22.22	20.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
豆腐(木綿)	20.00	20.00	大豆
しょうが(生)	0.63	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
煮干し	4.00	4.00	
彩花みそ(白)	11.00	11.00	大豆
彩花みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
水	150.00	150.00	
ぶりの照り焼き(冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆
ひじき	1.50	1.50	
豚肉(もも・ひき)	10.00	10.00	豚肉
大豆(冷凍)	3.00	3.00	大豆
にんじん(生)	7.22	7.00	
さつまあげ(冷凍)	8.00	8.00	
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
板こんにゃく	5.00	5.00	
なたね油	0.30	0.30	
だしのもと	0.30	0.30	
三温糖	2.50	2.50	
こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦、大豆
水	3.00	3.00	

## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 16 日 月曜日

&lt;献立名&gt; メロンパン 牛乳 白菜と肉団子のスープ コーンフライ いちご

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	卵、乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉（もも・ひき）	30.00	30.00	豚肉
鶏むねひき肉（皮なし）	30.00	30.00	鶏肉
たまねぎ（生）	8.51	8.00	
しょうが（生）	1.25	1.00	
でん粉（じゃがいも）	6.00	6.00	
食塩	0.50	0.50	
こしょう（白）	0.03	0.03	
はくさい（生）	31.91	30.00	
はるさめ	3.50	3.50	
にんじん（生）	13.40	13.00	
脱水ほうれんそう（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	5.00	5.00	小麦、大豆
食塩	0.40	0.40	
水	150.00	150.00	
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	
中濃ソース	7.20	7.20	大豆、りんご
いちご（生）	2個	26.00	

## 給食日誌

自校調理中学校

平成29年1月17日火曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 彩の国みそ汁 さんまのみぞれ煮 きんぴられんこん

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)	25.00	25.00	大豆
さといも(いちょう)	15.00	15.00	
かぶ(生)	21.98	20.00	
小松菜(冷凍)	8.00	8.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
油揚げ	5.00	5.00	大豆
干しいたけ(スライス)	0.50	0.50	
カットわかめ	1.00	1.00	
煮干し	4.00	4.00	
彩花みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
彩花みそ(白)	11.00	11.00	大豆
水	150.00	150.00	
さんまのみぞれ煮(冷凍)	1個	50.00	小麦、大豆
れんこん水煮(いちょう切り)	25.00	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
ごま・いり(白)	1.00	1.00	ごま
なたね油	0.50	0.50	
三温糖	2.00	2.00	
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦、大豆
清酒	1.00	1.00	
とうがらし	0.01	0.01	

## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 18 日 水曜日

&lt;献立名&gt; カレーライス 牛乳 だいこんサラダ みかん

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	
白麦米粒麦	10.00	10.00	
水	132.00	132.00	
豚肉(もも・こま)	25.00	25.00	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)	0.63	0.50	
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	5.00	5.00	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	大豆、りんご
中濃ソース	1.00	1.00	大豆、りんご
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
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	
ホールコーン(冷凍)	6.00	6.00	
たまねぎドレッシング(ボトル)	9.00	9.00	小麦、大豆、りんご
温州みかん(生)	1個	96.00	



自校調理中学校

給食日誌

平成 29 年 1 月 19 日 木曜日

<献立名> きつねうどん 牛乳 ししゃもの天ぷら 煮びたし フルーツゼリー

食品名	一人使用量 (g)	一人正味重量 (g)	備考
地粉うどん	200.00	200.00	小麦
なたね油	5.00	5.00	
豚肉（もも・こま）	15.00	15.00	豚肉
油揚げ	12.00	12.00	大豆
にんじん（生）	10.31	10.00	
たまねぎ（生）	15.96	15.00	
脱水ほうれんそう（冷凍）	7.00	7.00	
だしパック（厚削り）	4.00	4.00	
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
ししゃもフリッター（冷凍）	2個	40.00	小麦、大豆
なたね油（揚油）	4.00	4.00	
油揚げ	10.00	10.00	大豆
脱水ほうれんそう（冷凍）	30.00	30.00	
だしのもと	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦、大豆
水	2.00	2.00	
フルーツミックスゼリー	1個	60.00	大豆、もも、りんご

自校調理中学校

給食日誌

平成 29 年 1 月 20 日 金曜日

<献立名> 茶めし 牛乳 おでん 白ごまつくね ブロッコリー

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	113.40	113.40	
こいくちしょうゆ	6.60	6.60	小麦、大豆
食塩	0.90	0.90	
牛乳	1個	206.00	乳
だいこん(生)	27.78	25.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
じゃがいも(生)	33.33	30.00	
板こんにゃく	15.00	15.00	
結び昆布(すあらい)	3.00	3.00	
揚げボール(冷凍)	15.00	15.00	
ちくわぶ	15.00	15.00	小麦
うずら卵(レトルト)	20.00	20.00	卵
だしパック(厚削り)	4.00	4.00	
三温糖	0.70	0.70	
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦、大豆
水	110.00	110.00	
白ごまつくね(冷凍)	2個	40.00	小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦、大豆
三温糖	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
でん粉(じゃがいも)	0.50	0.50	
水	10.00	10.00	
ブロッコリー(冷凍)	40.00	40.00	
マヨネーズ(ボトル)	6.00	6.00	卵、大豆、りんご

## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 23 日 月曜日

&lt;献立名&gt; バターロール 牛乳 中華おこげスープ 鶏肉の元気ソースがけ おこげ りんご

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	卵、乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
むきえび(冷凍)	7.00	7.00	えび
しょうが(生)	0.25	0.20	
キャベツ(生)	11.76	10.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
もやし(生)	20.00	20.00	
にら(生)	2.11	2.00	
たけのこ(レトルト)	5.00	5.00	
干しいたけ(スライス)	0.30	0.30	
清酒	1.20	1.20	
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、ごま、鶏肉、豚肉
がらスープ(レトルト)	10.00	10.00	鶏肉、豚肉
食塩	0.80	0.80	
でん粉(じゃがいも)	1.50	1.50	
ごま油	0.50	0.50	ごま
水	155.00	155.00	
鶏もも(皮つき)	1個	60.00	鶏肉
でん粉(じゃがいも)	7.00	7.00	
なたね油(揚油)	6.00	6.00	
食塩	0.10	0.10	
清酒	1.50	1.50	
にんにく(生)	0.38	0.35	
しょうが(生)	0.25	0.20	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
なたね油	0.20	0.20	
こいくちしょうゆ	4.50	4.50	小麦、大豆
三温糖	3.50	3.50	
穀物酢	3.00	3.00	
トウバンジャン	0.04	0.04	
でん粉(じゃがいも)	0.40	0.40	
水	2.00	2.00	
おこげ	1個	14.00	大豆
りんご(生)	1/8個	31.87	りんご

## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 24 日 火曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 肉じゃが ゼリーフライ 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	
牛乳	1個	206.00	乳
豚肉(もも・こま)	30.00	30.00	豚肉
じゃがいも(生)	111.11	100.00	
たまねぎ(生)	31.91	30.00	
にんじん(生)	25.77	25.00	
しらたき	15.00	15.00	
三温糖	3.00	3.00	
こいくちしょうゆ	7.00	7.00	小麦、大豆
だしのもと	0.50	0.50	
水	40.00	40.00	
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	7.20	7.20	大豆、りんご
ミニトマト(生)	2個	21.56	

## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 25 日 水曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 すいとん さけの塩焼き しゃくし菜ふりかけ

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	
牛乳	1個	206.00	乳
すいとん(乳・卵抜き・冷凍)	35.00	35.00	小麦
鶏ももこま(皮つき)	15.00	15.00	鶏肉
油揚げ	6.00	6.00	大豆
にんじん(生)	10.31	10.00	
だいこん(生)	11.11	10.00	
はくさい(生)	15.96	15.00	
ながねぎ(生)	13.33	8.00	
だしパック(厚削り)	4.00	4.00	
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦、大豆
食塩	0.80	0.80	
みりん(本みりん)	1.00	1.00	
水	150.00	150.00	
さけの塩焼き(冷凍)	1個	50.00	さけ
刻みしゃくし菜	10.00	10.00	小麦、大豆
ごま油	0.50	0.50	ごま
ちりめんじゃこ(冷凍)	3.00	3.00	
かつお節(碎片)	1.50	1.50	
みりん(本みりん)	0.50	0.50	
ごま・いり(白)	2.00	2.00	ごま

## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 26 日 木曜日

&lt;献立名&gt; みそラーメン 牛乳 ひじきぎょうざ グレープフルーツ アーモンドフィッシュ

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・こま)	25.00	25.00	豚肉
キャベツ (生)	23.53	20.00	
にんじん (生)	10.31	10.00	
もやし (生)	10.00	10.00	
ながねぎ (生)	11.67	7.00	
ホールコーン (冷凍)	5.00	5.00	
しょうが (生)	1.25	1.00	
にんにく (生)	0.54	0.50	
なたね油	0.50	0.50	
中華スープのもと	2.00	2.00	大豆、ごま、鶏肉、豚肉
彩花みそ (白)	9.00	9.00	大豆
彩花みそ (赤)	5.00	5.00	大豆
四川黒ソース (冷凍)	2.00	2.00	小麦、大豆、ごま、鶏肉
トウバンジャン	0.03	0.03	
水	170.00	170.00	
牛乳	1個	206.00	乳
ひじきぎょうざ (冷凍)	3個	60.00	小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉
なたね油 (揚油)	6.00	6.00	
グレープフルーツ (生)	1/8個	26.25	
アーモンドフィッシュ	1個	8.00	ごま

## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 27 日 金曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 きりたんぼ汁 さんが焼き 小松菜とにんじんの和え物

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
きりたんぼ(冷凍)	40.00	40.00	
鶏ももこま(皮つき)	25.00	25.00	鶏肉
はくさい(生)	26.60	25.00	
ながねぎ(生)	8.33	5.00	
ごぼう(生)	6.67	6.00	
にんじん(生)	10.31	10.00	
まいたけ(バラカット)	6.00	6.00	
なたね油	0.60	0.60	
だしパック(厚削り)	4.00	4.00	
こいくちしょうゆ	5.50	5.50	小麦、大豆
食塩	0.40	0.40	
水	140.00	140.00	
さんが焼き(あじ入り・冷凍)	1個	60.00	小麦、大豆、豚肉
こまつな(生)	29.41	25.00	
キャベツ(生)	11.76	10.00	
にんじん(生)	5.15	5.00	
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦、大豆
だしのもと	0.20	0.20	
みりん(本みりん)	0.60	0.60	

## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 30 日 月曜日

&lt;献立名&gt; ツイストパン 牛乳 かぶのシチュー オムレツ アスパラとコーンのソテー 洋なし

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	乳、小麦、大豆
牛乳	1個	206.00	乳
はくさい(生)	31.91	30.00	
鶏ももこま(皮つき)	7.00	7.00	鶏肉
なたね油	0.50	0.50	
かぶ(生)	21.98	20.00	
じゃがいも(生)	16.67	15.00	
にんじん(生)	15.46	15.00	
たまねぎ(生)	21.28	20.00	
牛乳(調理用)	70.00	70.00	乳
ホワイトルウ	9.00	9.00	乳、小麦、豚肉
コンソメのもと	1.00	1.00	大豆、鶏肉、豚肉
食塩	0.20	0.20	
こしょう(白)	0.01	0.01	
水	50.00	50.00	
プレーンオムレツ(冷凍)	1個	50.00	卵、大豆
ケチャップ(ボトル)	5.00	5.00	
アスパラガス(冷凍)	15.00	15.00	
ホールコーン(冷凍)	30.00	30.00	
なたね油	0.30	0.30	
ショルダーベーコン(短冊)	5.00	5.00	豚肉
食塩	0.30	0.30	
こしょう(白)	0.01	0.01	
洋梨(冷凍)	1個	40.00	



## 給食日誌

自校調理中学校

平成 29 年 1 月 31 日 火曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい スウィーティー

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
豆腐(木綿)	100.00	100.00	大豆
豚肉(もも・ひき)	20.00	20.00	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)	1.00	1.00	
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	0.30	0.30	
清酒	3.00	3.00	
彩花みそ(赤)	3.00	3.00	大豆
四川黒ソース(冷凍)	2.00	2.00	小麦、大豆、ごま、鶏肉
こいくちしょうゆ	4.50	4.50	小麦、大豆
中華スープのもと	1.00	1.00	大豆、ごま、鶏肉、豚肉
でん粉(じゃがいも)	3.00	3.00	
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	40.00	40.00	
ポークしゅうまい(冷凍)	3個	54.00	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
スウィーティー(生)	1/6個	27.51	