

平成29年度

# 川口市学校給食献立日誌

2月

自校調理中学校



川口市マスコット「きゅぼらん」

献立実施校  
鳩ヶ谷・八幡木・里

川口市教育委員会

注：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7品目並びに「特定原材料に準ずるもの」20品目についてのみ記載しております。詳細は給食用食品一覧表をご確認ください。

また、コンタミネーション（食品を生産する際に原材料としては使っていないが、アレルギーとなりうる特定原材料などが意図せず混入すること。従前の調理で使用した食材に含まれるアレルギーが調理器具に成分残留となる場合や、揚げ油の複数回利用により従前の揚げ物で使用した食材に含まれるアレルギーが揚げ油に含有される場合なども含みます。）については記載しておりませんのでご注意ください。

自校調理中学校

2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      |
|-------------|---------------------------------------------------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|------|------|------|-------|-------|-----|------|------|---------|
| 2 - 1       | スパゲティミートソース 牛乳 花豆コロッケ りんご                         | 817   | 27.7   | 25.7   | 91.6   | 295   | 64     | 2.4  | 2.3  | 300  | 0.59  | 0.51  | 12  | 8.3  | 4.0  | 276.70  |
| 2 - 2       | マーブル食パン 牛乳 野菜スープ オムレツ ウインナーと大豆のケチャップ炒め 米粉のスイートポテト | 804   | 32.8   | 27.9   | 79.9   | 427   | 90     | 3.5  | 2.9  | 239  | 0.55  | 0.72  | 23  | 6.5  | 4.4  | 316.68  |
| 2 - 5       | キャロットピラフホワイトソースがけ 牛乳 ハンバーグオニオンソース ミニトマト           | 851   | 33.4   | 25.5   | 106.1  | 344   | 67     | 2.0  | 2.7  | 401  | 0.77  | 0.64  | 24  | 3.7  | 4.4  | 281.66  |
| 2 - 6       | ごはん 牛乳 打ち豆汁 ソースかつ丼 キャベツ炒め                         | 774   | 29.3   | 20.8   | 109.3  | 312   | 96     | 2.8  | 3.7  | 167  | 1.09  | 0.49  | 22  | 4.7  | 3.0  | 291.31  |
| 2 - 7       | ごはん 牛乳 白菜と油揚げのみそ汁 大根のそぼろあんかけ 米粉のみかんタルト            | 756   | 25.4   | 19.0   | 113.0  | 335   | 119    | 3.2  | 3.4  | 198  | 0.78  | 0.46  | 32  | 3.7  | 2.7  | 253.83  |
| 2 - 8       | 長崎ちゃんぽん 牛乳 揚げたこ焼き グレープゼリー                         | 815   | 29.7   | 22.1   | 118.7  | 267   | 59     | 1.5  | 2.0  | 131  | 0.37  | 0.40  | 82  | 8.9  | 5.0  | 329.88  |
| 2 - 9       | わかめごはん 牛乳 かきたま汁 鶏肉の照り焼き風 和風粉ふきいも                  | 827   | 28.6   | 26.2   | 114.3  | 285   | 74     | 2.2  | 2.4  | 377  | 0.67  | 0.64  | 40  | 3.1  | 4.5  | 230.91  |
| 2 - 13      | カレーライス 牛乳 フランクフルトソーセージ 小松菜のサラダ                    | 887   | 32.2   | 24.7   | 116.3  | 313   | 80     | 3.4  | 3.2  | 341  | 1.20  | 0.58  | 36  | 4.5  | 3.6  | 243.99  |
| ※ 2 - 14    | 混ぜ込みキムチごはん 牛乳 わかめと豆腐のスープ 厚焼たまご ココアムース             | 749   | 27.2   | 21.0   | 101.3  | 360   | 105    | 3.1  | 3.1  | 195  | 0.81  | 0.74  | 7   | 3.3  | 2.9  | 267.23  |
| 2 - 15      | きつねうどん 牛乳 笹かまぼこのカレー揚げ みかん                         | 741   | 31.0   | 26.0   | 87.3   | 343   | 100    | 2.1  | 2.5  | 317  | 0.54  | 0.49  | 37  | 4.5  | 3.0  | 280.25  |
| 2 - 16      | ひじきごはん 牛乳 いも団子汁 さばの塩焼き                            | 760   | 26.4   | 23.9   | 95.2   | 312   | 93     | 3.0  | 3.0  | 250  | 0.73  | 0.61  | 16  | 2.8  | 3.9  | 251.13  |
| 2 - 19      | 子供パン 牛乳 オニオンスープ メンチカツ いちご スライスチーズ                 | 805   | 30.0   | 31.8   | 84.0   | 490   | 58     | 1.4  | 1.6  | 258  | 0.54  | 0.56  | 29  | 4.7  | 4.3  | 334.26  |
| 2 - 20      | ごはん 牛乳 四川豆腐 パオズ もやしのナムル                           | 822   | 33.4   | 23.1   | 99.2   | 366   | 197    | 2.6  | 3.4  | 297  | 0.94  | 0.55  | 11  | 4.3  | 3.6  | 258.20  |
| 2 - 21      | ごはん 牛乳 なめこ汁 丸ごといわしのあんかけ酢 切干し大根の煮物 みかんゼリー          | 803   | 23.7   | 21.3   | 111.5  | 336   | 115    | 3.9  | 2.9  | 154  | 0.63  | 0.45  | 11  | 4.2  | 3.0  | 278.52  |
| 2 - 22      | たんめん 牛乳 春巻 デコボン                                   | 776   | 28.2   | 25.1   | 91.0   | 277   | 56     | 1.9  | 2.2  | 308  | 0.48  | 0.53  | 26  | 5.4  | 3.8  | 274.10  |
| 2 - 23      | ごはん 牛乳 すいとん さんまの煮付け きんぴらごぼう                       | 778   | 26.9   | 21.8   | 107.4  | 313   | 92     | 2.4  | 3.1  | 256  | 0.60  | 0.56  | 12  | 3.8  | 2.1  | 246.13  |
| 2 - 26      | チーズパン 牛乳 そぼろのカレースープ 鶏肉のバーベキューソース 青のりポテト           | 857   | 32.2   | 35.8   | 94.7   | 426   | 68     | 1.5  | 2.4  | 300  | 0.38  | 0.61  | 32  | 4.2  | 4.6  | 254.57  |
| 2 - 27      | ごはん ふりかけ 牛乳 けんちん汁 豚肉のしょうが炒め ブロッコリー                | 740   | 33.6   | 20.6   | 98.2   | 472   | 116    | 2.8  | 4.1  | 194  | 1.25  | 0.58  | 30  | 3.7  | 2.9  | 254.94  |
| 2 - 28      | ひな寿司 牛乳 すまし汁 あじフライ 桜もち                            | 841   | 30.9   | 19.6   | 108.5  | 306   | 119    | 2.5  | 2.9  | 200  | 0.66  | 0.50  | 5   | 2.9  | 4.7  | 275.68  |
| 合 計         |                                                   | 15203 | 562.6  | 461.9  | 1927.5 | 6579  | 1768   | 48.2 | 53.8 | 4883 | 13.58 | 10.62 | 487 | 87.2 | 70.4 | 5199.97 |
| 平 均         |                                                   | 800   | 29.6   | 24.3   | 101.4  | 346   | 93     | 2.5  | 2.8  | 257  | 0.71  | 0.56  | 26  | 4.6  | 3.7  | 273.68  |
| (動物性)       |                                                   |       | (13.5) | (15.8) |        |       |        |      |      |      |       |       |     |      |      |         |
| 平均所要栄養量の基準  |                                                   | 820   | 30.0   | 27.3   |        | 450   | 140    | 4.0  | 3.0  | 300  | 0.50  | 0.60  | 35  | 6.5  | 3.0  |         |
| 充 足 率 (%)   |                                                   | 98    | 99     | 89     |        | 77    | 66     | 63   | 94   | 86   | 143   | 93    | 73  | 71   | 124  |         |
| PFCバランス (%) |                                                   | 100   | 15     | 27     | 58     |       |        |      |      |      |       |       |     |      |      |         |

※ 食物アレルギーをお持ちの児童生徒のうち希望者は、代替食としてアレルギー物質27品目を含まないデザート（ゼリー）に献立内容を一部変更します。

自校調理中学校

## 給食日誌

平成30年2月1日 木曜日

＜献立名＞ スパゲティミートソース 牛乳 花豆コロッケ りんご

| 食 品 名         | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考                |
|---------------|--------------|---------------|-------------------|
| ゆでスパゲティ       | 180.00       | 180.00        | 小麦                |
| オリーブ油         | 5.00         | 5.00          |                   |
| 豚肉（もも・ひき）     | 25.00        | 25.00         | 豚肉                |
| しょうが（生）       | 0.38         | 0.30          |                   |
| にんにく（生）       | 0.33         | 0.30          |                   |
| たまねぎ（生）       | 31.91        | 30.00         |                   |
| にんじん（生）       | 25.77        | 25.00         |                   |
| エリンギ（しなちくカット） | 6.00         | 6.00          |                   |
| エスパニョールソース    | 6.50         | 6.50          | 乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご |
| トマト（カット）      | 40.00        | 40.00         |                   |
| コンソメのもと       | 1.50         | 1.50          | 大豆、鶏肉、豚肉          |
| ぶどう酒（白）       | 2.00         | 2.00          |                   |
| 食塩            | 1.50         | 1.50          |                   |
| こしょう（白）       | 0.03         | 0.03          |                   |
| でん粉（じゃがいも）    | 1.00         | 1.00          |                   |
| なたね油          | 1.00         | 1.00          |                   |
| 水             | 120.00       | 120.00        |                   |
| 牛乳            | 1個           | 206.00        | 乳                 |
| 花豆コロッケ（冷凍）    | 1個           | 60.00         | 乳、小麦、大豆           |
| なたね油（揚油）      | 6.00         | 6.00          |                   |
| 中濃ソース         | 7.20         | 7.20          |                   |
| りんご（生）        | 1/6個         | 39.60         | りんご               |

自校調理中学校

給食日誌

平成30年2月2日 金曜日

<献立名> マーブル食パン 牛乳 野菜スープ オムレツ ウィンナーと大豆のケチャップ  
炒め 米粉のスイートポテト

| 食品名                 | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考       |
|---------------------|--------------|---------------|----------|
| マーブル食パン (ココア)       | 1個           | 70.00         | 乳、小麦、大豆  |
| 牛乳                  | 1個           | 206.00        | 乳        |
| ショルダーベーコン (短冊)      | 8.00         | 8.00          | 豚肉       |
| キャベツ (生)            | 35.29        | 30.00         |          |
| にんじん (生)            | 11.34        | 11.00         |          |
| たまねぎ (生)            | 18.09        | 17.00         |          |
| ホールコーン (冷凍)         | 12.00        | 12.00         |          |
| なたね油                | 0.50         | 0.50          |          |
| チキンブイヨン (冷凍)        | 12.00        | 12.00         | 鶏肉       |
| コンソメのもと             | 1.10         | 1.10          | 大豆、鶏肉、豚肉 |
| こいくちしょうゆ            | 2.30         | 2.30          | 小麦、大豆    |
| こしょう (白)            | 0.01         | 0.01          |          |
| 食塩                  | 0.60         | 0.60          |          |
| 水                   | 165.00       | 165.00        |          |
| プレーンオムレツ (冷凍)       | 1個           | 50.00         | 卵、大豆     |
| ウィンナーソーセージFe入り (輪切) | 25.00        | 25.00         | 豚肉       |
| 大豆 (冷凍)             | 15.00        | 15.00         | 大豆       |
| ウスターソース             | 0.30         | 0.30          |          |
| 三温糖                 | 0.50         | 0.50          |          |
| コンソメのもと             | 0.40         | 0.40          | 大豆、鶏肉、豚肉 |
| トマトケチャップ            | 5.00         | 5.00          |          |
| 水                   | 5.00         | 5.00          |          |
| 米粉のスイートポテト (冷凍)     | 1個           | 30.00         | 大豆       |

自校調理中学校

給食日誌

平成30年2月5日月曜日

<献立名> キャロットピラフホワイトソースがけ 牛乳 ハンバーグオニオンソース ミニトマト

| 食品名           | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考          |
|---------------|--------------|---------------|-------------|
| 精米・強化米(白)     | 100.00       | 100.00        |             |
| キャロットピラフの素    | 30.00        | 30.00         | 鶏肉          |
| 水             | 120.00       | 120.00        |             |
| 鶏むねこま(皮なし)    | 23.00        | 23.00         | 鶏肉          |
| にんじん(生)       | 25.77        | 25.00         |             |
| たまねぎ(生)       | 47.87        | 45.00         |             |
| エリンギ(しなちくカット) | 6.00         | 6.00          |             |
| なたね油          | 0.50         | 0.50          |             |
| 食塩            | 0.70         | 0.70          |             |
| 牛乳(調理用)       | 60.00        | 60.00         | 乳           |
| ホワイトルウ        | 9.20         | 9.20          | 乳、小麦、豚肉     |
| 水             | 60.00        | 60.00         |             |
| 牛乳            | 1個           | 206.00        | 乳           |
| ハンバーグ(冷凍)     | 1個           | 60.00         | 小麦、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)       | 12.77        | 12.00         |             |
| なたね油          | 0.20         | 0.20          |             |
| こいくちしょうゆ      | 3.60         | 3.60          | 小麦、大豆       |
| 清酒            | 1.80         | 1.80          |             |
| みりん(本みりん)     | 1.80         | 1.80          |             |
| 三温糖           | 1.80         | 1.80          |             |
| でん粉(じゃがいも)    | 0.36         | 0.36          |             |
| 水             | 7.20         | 7.20          |             |
| ミニトマト(生)      | 2個           | 21.56         |             |

## 給食日誌

自校調理中学校

平成30年2月6日 火曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 打ち豆汁 ソースかつ丼 キャベツ炒め

| 食品名        | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(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        |
| ごぼう(生)     | 3.89         | 3.50          |          |
| にんじん(生)    | 12.37        | 12.00         |          |
| だいこん(生)    | 20.00        | 18.00         |          |
| さといも(いちょう) | 24.00        | 24.00         |          |
| 油揚げ        | 6.00         | 6.00          | 大豆       |
| 青打ち豆       | 4.00         | 4.00          | 大豆       |
| ながねぎ(生)    | 10.00        | 6.00          |          |
| 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          | 160.00       | 160.00        |          |
| ひれかつ(冷凍)   | 2個           | 60.00         | 小麦、大豆、豚肉 |
| なたね油(揚油)   | 6.00         | 6.00          |          |
| 中濃ソース      | 9.00         | 9.00          |          |
| 清酒         | 1.80         | 1.80          |          |
| 三温糖        | 2.25         | 2.25          |          |
| こいくちしょうゆ   | 1.20         | 1.20          | 小麦、大豆    |
| でん粉(じゃがいも) | 0.45         | 0.45          |          |
| 水          | 9.00         | 9.00          |          |
| キャベツ(生)    | 41.18        | 35.00         |          |
| なたね油       | 0.50         | 0.50          |          |
| 食塩         | 0.20         | 0.20          |          |
| こしょう(白)    | 0.01         | 0.01          |          |

## 給食日誌

自校調理中学校

平成30年2月7日水曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 白菜と油揚げのみそ汁 大根のそぼろあんかけ 米粉のみかんタルト

| 食品名           | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(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     |
| 油揚げ           | 8.00         | 8.00          | 大豆    |
| カットわかめ        | 0.60         | 0.60          |       |
| はくさい(生)       | 26.60        | 25.00         |       |
| 豆腐(木綿)        | 30.00        | 30.00         | 大豆    |
| ながねぎ(生)       | 8.33         | 5.00          |       |
| 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             | 170.00       | 170.00        |       |
| だいこん(生)       | 44.44        | 40.00         |       |
| 豚肉(もも・ひき)     | 20.00        | 20.00         | 豚肉    |
| たまねぎ(生)       | 15.96        | 15.00         |       |
| にんじん(生)       | 15.46        | 15.00         |       |
| 干しいたけ(スライス)   | 0.50         | 0.50          |       |
| だしのもと         | 0.50         | 0.50          |       |
| こいくちしょうゆ      | 3.00         | 3.00          | 小麦、大豆 |
| 食塩            | 0.25         | 0.25          |       |
| 三温糖           | 1.50         | 1.50          |       |
| でん粉(じゃがいも)    | 1.50         | 1.50          |       |
| 水             | 10.00        | 10.00         |       |
| 米粉のみかんタルト(冷凍) | 1個           | 35.00         | 大豆    |

自校調理中学校

給食日誌

平成30年2月8日木曜日

<献立名> 長崎ちゃんぽん 牛乳 揚げたこ焼き グレープゼリー

| 食品名             | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(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）       | 15.00        | 15.00         | 豚肉          |
| いか（短冊・冷凍）       | 12.00        | 12.00         | いか          |
| むきえび（冷凍）        | 10.00        | 10.00         | えび          |
| ホールコーン（冷凍）      | 5.00         | 5.00          |             |
| さつまあげ（冷凍）       | 10.00        | 10.00         |             |
| キャベツ（生）         | 17.65        | 15.00         |             |
| ながねぎ（生）         | 8.33         | 5.00          |             |
| もやし（生）          | 10.00        | 10.00         |             |
| にんじん（生）         | 5.15         | 5.00          |             |
| 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          |             |
| こいくちしょうゆ        | 1.20         | 1.20          | 小麦、大豆       |
| 豚骨ラーメンスープ（レトルト） | 12.00        | 12.00         | 小麦、大豆、ごま、豚肉 |
| 中華スープのもと        | 1.00         | 1.00          | 大豆、ごま、鶏肉、豚肉 |
| 食塩              | 0.50         | 0.50          |             |
| でん粉（じゃがいも）      | 2.00         | 2.00          |             |
| ごま油             | 0.40         | 0.40          | ごま          |
| 水               | 155.00       | 155.00        |             |
| 牛乳              | 1個           | 206.00        | 乳           |
| たこ焼き（冷凍）        | 3個           | 60.00         | 小麦、大豆       |
| なたね油（揚油）        | 6.00         | 6.00          |             |
| あおさ（粉末）         | 0.03         | 0.03          |             |
| 中濃ソース           | 7.20         | 7.20          |             |
| グレープゼリー         | 1個           | 80.00         |             |



自校調理中学校

給食日誌

平成30年2月9日 金曜日

<献立名> わかめごはん 牛乳 かきたま汁 鶏肉の照り焼き風 和風粉ふきいも

| 食品名          | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考    |
|--------------|--------------|---------------|-------|
| 精米・強化米(白)    | 100.00       | 100.00        |       |
| 炊き込みわかめ      | 3.00         | 3.00          |       |
| 水            | 120.00       | 120.00        |       |
| 牛乳           | 1個           | 206.00        | 乳     |
| にんじん(生)      | 15.46        | 15.00         |       |
| たまねぎ(生)      | 21.28        | 20.00         |       |
| 脱水ほうれんそう(冷凍) | 12.00        | 12.00         |       |
| 鶏卵.全卵(生)     | 29.41        | 25.00         | 卵     |
| でん粉(じゃがいも)   | 1.15         | 1.15          |       |
| 食塩           | 0.92         | 0.92          |       |
| こいくちしょうゆ     | 2.30         | 2.30          | 小麦、大豆 |
| だしパック(厚削り)   | 4.00         | 4.00          |       |
| 水            | 180.00       | 180.00        |       |
| 鶏もも(皮つき)     | 1個           | 60.00         | 鶏肉    |
| でん粉(じゃがいも)   | 6.00         | 6.00          |       |
| なたね油(揚油)     | 6.00         | 6.00          |       |
| こいくちしょうゆ     | 6.00         | 6.00          | 小麦、大豆 |
| 三温糖          | 4.00         | 4.00          |       |
| 清酒           | 2.00         | 2.00          |       |
| 水            | 3.00         | 3.00          |       |
| じゃがいも(生)     | 77.78        | 70.00         |       |
| あおのり         | 0.05         | 0.05          |       |
| 食塩           | 0.56         | 0.56          |       |
| こしょう(白)      | 0.01         | 0.01          |       |

## 給食日誌

自校調理中学校

平成30年2月13日火曜日

&lt;献立名&gt; カレーライス 牛乳 フランクフルトソーセージ 小松菜のサラダ

| 食品名           | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(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              |
| じゃがいも(生)      | 55.56        | 50.00         |                 |
| たまねぎ(生)       | 31.91        | 30.00         |                 |
| にんじん(生)       | 20.62        | 20.00         |                 |
| 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          |                 |
| 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               |
| フランクフルトソーセージ  | 1個           | 50.00         | 豚肉              |
| ケチャップ(ボトル)    | 5.00         | 5.00          |                 |
| こまつな(生)       | 17.65        | 15.00         |                 |
| にんじん(生)       | 10.31        | 10.00         |                 |
| もやし(生)        | 17.00        | 17.00         |                 |
| 中華ドレッシング(ボトル) | 9.00         | 9.00          | 小麦、大豆、ごま、鶏肉、りんご |

自校調理中学校

給食日誌

平成30年2月14日水曜日

<献立名> 混ぜ込みキムチごはん 牛乳 わかめと豆腐のスープ 厚焼たまご ココアムース

| 食品名                         | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考               |
|-----------------------------|--------------|---------------|------------------|
| 精米・強化米(白)                   | 100.00       | 100.00        |                  |
| 水                           | 120.00       | 120.00        |                  |
| 豚肉(もも・こま)                   | 22.00        | 22.00         | 豚肉               |
| にら(生)                       | 4.21         | 4.00          |                  |
| ながねぎ(生)                     | 10.00        | 6.00          |                  |
| キムチ(冷凍・ノンアレルギー)             | 20.00        | 20.00         |                  |
| 食塩                          | 0.10         | 0.10          |                  |
| 中華スープのもと                    | 0.60         | 0.60          | 大豆、ごま、鶏肉、豚肉      |
| 清酒                          | 1.10         | 1.10          |                  |
| こいくちしょうゆ                    | 0.60         | 0.60          | 小麦、大豆            |
| ごま油                         | 0.60         | 0.60          | ごま               |
| 牛乳                          | 1個           | 206.00        | 乳                |
| カットわかめ                      | 1.00         | 1.00          |                  |
| たまねぎ(生)                     | 15.96        | 15.00         |                  |
| にんじん(生)                     | 12.37        | 12.00         |                  |
| ながねぎ(生)                     | 8.33         | 5.00          |                  |
| えのきたけ(バラカット)                | 6.00         | 6.00          |                  |
| 豆腐(木綿)                      | 23.00        | 23.00         | 大豆               |
| 中華スープのもと                    | 1.20         | 1.20          | 大豆、ごま、鶏肉、豚肉      |
| チキンブイヨン(冷凍)                 | 6.00         | 6.00          | 鶏肉               |
| 食塩                          | 0.60         | 0.60          |                  |
| こしょう(白)                     | 0.02         | 0.02          |                  |
| でん粉(じゃがいも)                  | 0.60         | 0.60          |                  |
| こいくちしょうゆ                    | 3.50         | 3.50          | 小麦、大豆            |
| 水                           | 185.00       | 185.00        |                  |
| 厚焼きたまご(冷凍)                  | 1個           | 50.00         | 卵、小麦、大豆          |
| ココアムース(冷凍)<br>※代替食(グレープゼリー) | 1個           | 40.00         | 卵、乳、大豆、ゼラチン(豚由来) |

自校調理中学校

給食日誌

平成30年2月15日 木曜日

<献立名> きつねうどん 牛乳 笹かまぼこのカレー揚げ みかん

| 食品名          | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(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）    | 23.00        | 23.00         | 豚肉    |
| 油揚げ          | 18.00        | 18.00         | 大豆    |
| にんじん（生）      | 10.31        | 10.00         |       |
| たまねぎ（生）      | 26.60        | 25.00         |       |
| 脱水ほうれんそう（冷凍） | 10.00        | 10.00         |       |
| 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     |
| 笹かまぼこ        | 2個           | 40.00         |       |
| 小麦粉          | 4.00         | 4.00          | 小麦    |
| 水            | 6.00         | 6.00          |       |
| カレー粉         | 0.20         | 0.20          |       |
| なたね油（揚油）     | 4.00         | 4.00          |       |
| 温州みかん（生）     | 1個           | 80.00         |       |

## 給食日誌

自校調理中学校

平成30年2月16日 金曜日

&lt;献立名&gt; ひじきごはん 牛乳 いも団子汁 さばの塩焼き

| 食品名         | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考    |
|-------------|--------------|---------------|-------|
| 精米・強化米(白)   | 100.00       | 100.00        |       |
| 水           | 120.00       | 120.00        |       |
| にんじん(生)     | 5.15         | 5.00          |       |
| 糸こんにゃく      | 5.00         | 5.00          |       |
| ひじき         | 1.50         | 1.50          |       |
| 豚肉(もも・ひき)   | 10.00        | 10.00         | 豚肉    |
| 油揚げ         | 5.00         | 5.00          | 大豆    |
| 三温糖         | 3.00         | 3.00          |       |
| こいくちしょうゆ    | 3.50         | 3.50          | 小麦、大豆 |
| 水           | 3.00         | 3.00          |       |
| 牛乳          | 1個           | 206.00        | 乳     |
| じゃがいも団子(冷凍) | 30.00        | 30.00         |       |
| こまつな(生)     | 14.12        | 12.00         |       |
| だいこん(生)     | 25.56        | 23.00         |       |
| にんじん(生)     | 11.34        | 11.00         |       |
| ながねぎ(生)     | 10.00        | 6.00          |       |
| だしパック(厚削り)  | 4.00         | 4.00          |       |
| 食塩          | 0.80         | 0.80          |       |
| こいくちしょうゆ    | 3.40         | 3.40          | 小麦、大豆 |
| 水           | 170.00       | 170.00        |       |
| さばの塩焼き(冷凍)  | 1個           | 50.00         | さば    |

## 給食日誌

自校調理中学校

平成30年2月19日月曜日

&lt;献立名&gt; 子供パン 牛乳 オニオンスープ メンチカツ いちご スライスチーズ

| 食品名           | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考       |
|---------------|--------------|---------------|----------|
| 子供パン          | 1個           | 70.00         | 乳、小麦、大豆  |
| 牛乳            | 1個           | 206.00        | 乳        |
| ショルダーベーコン（短冊） | 15.00        | 15.00         | 豚肉       |
| たまねぎ（生）       | 21.28        | 20.00         |          |
| たまねぎ（スライス・冷凍） | 15.00        | 15.00         | 大豆       |
| にんじん（生）       | 15.46        | 15.00         |          |
| パセリ 粉         | 0.03         | 0.03          |          |
| 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    |
| こしょう（白）       | 0.02         | 0.02          |          |
| 食塩            | 0.70         | 0.70          |          |
| 水             | 170.00       | 170.00        |          |
| メンチカツ（冷凍）     | 1個           | 60.00         | 小麦、大豆、豚肉 |
| なたね油（揚油）      | 6.00         | 6.00          |          |
| 中濃ソース         | 7.20         | 7.20          |          |
| いちご（生）        | 2個           | 29.40         |          |
| スライスチーズ       | 1個           | 20.00         | 乳        |

## 給食日誌

自校調理中学校

平成30年2月20日火曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 四川豆腐 パオズ もやしのナムル

| 食品名              | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(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・こま)        | 15.00        | 15.00         | 豚肉             |
| たまねぎ(生)          | 31.91        | 30.00         |                |
| たけのこ(レトルト)       | 13.00        | 13.00         |                |
| 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)          | 1.25         | 1.00          |                |
| にんにく(生)          | 0.43         | 0.40          |                |
| トウバンジャン          | 0.20         | 0.20          |                |
| こいくちしょうゆ         | 7.00         | 7.00          | 小麦、大豆          |
| 三温糖              | 0.50         | 0.50          |                |
| 四川黒ソース(冷凍)       | 2.00         | 2.00          | 小麦、大豆、ごま、鶏肉    |
| ごま油              | 0.50         | 0.50          | ごま             |
| でん粉(じゃがいも)       | 1.50         | 1.50          |                |
| 中華スープのもと         | 1.00         | 1.00          | 大豆、ごま、鶏肉、豚肉    |
| なたね油             | 0.50         | 0.50          |                |
| 水                | 50.00        | 50.00         |                |
| 肉パオズ(冷凍)         | 2個           | 60.00         | 小麦、大豆、ごま、豚肉    |
| もやし(生)           | 30.00        | 30.00         |                |
| にんじん(生)          | 10.31        | 10.00         |                |
| カットわかめ           | 0.50         | 0.50          |                |
| 韓国ナムルドレッシング(ボトル) | 9.00         | 9.00          | 小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉 |

## 給食日誌

自校調理中学校

平成30年2月21日水曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 なめこ汁 丸ごといわしのあんかけ酢 切干し大根の煮物 みかんゼリー

| 食品名        | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(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)     | 40.00        | 40.00         | 大豆    |
| なめこ(冷凍)    | 12.00        | 12.00         |       |
| たまねぎ(生)    | 12.77        | 12.00         |       |
| ながねぎ(生)    | 10.00        | 6.00          |       |
| 彩花みそ(白)    | 10.00        | 10.00         | 大豆    |
| 彩花みそ(赤)    | 4.00         | 4.00          | 大豆    |
| 煮干し        | 4.00         | 4.00          |       |
| 水          | 180.00       | 180.00        |       |
| いわしフライ(冷凍) | 2個           | 36.00         | 小麦、大豆 |
| なたね油(揚油)   | 4.00         | 4.00          |       |
| にんじん(生)    | 1.29         | 1.25          |       |
| たまねぎ(生)    | 2.66         | 2.50          |       |
| たけのこ(レトルト) | 1.25         | 1.25          |       |
| なたね油       | 0.30         | 0.30          |       |
| こいくちしょうゆ   | 2.00         | 2.00          | 小麦、大豆 |
| 三温糖        | 2.50         | 2.50          |       |
| 穀物酢        | 1.25         | 1.25          |       |
| でん粉(じゃがいも) | 0.30         | 0.30          |       |
| 水          | 8.00         | 8.00          |       |
| 切り干し大根     | 6.00         | 6.00          |       |
| にんじん(生)    | 7.22         | 7.00          |       |
| さつまあげ(冷凍)  | 7.00         | 7.00          |       |
| なたね油       | 0.40         | 0.40          |       |
| こいくちしょうゆ   | 3.60         | 3.60          | 小麦、大豆 |
| 三温糖        | 1.80         | 1.80          |       |
| だしのもと      | 0.20         | 0.20          |       |
| 水          | 15.00        | 15.00         |       |
| みかんゼリー     | 1個           | 50.00         |       |



自校調理中学校

給食日誌

平成30年2月22日 木曜日

<献立名> たんめん 牛乳 春巻 デコポン

| 食品名          | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(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)      | 8.33         | 5.00          |             |
| 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         | 大豆、鶏肉、豚肉    |
| 水            | 160.00       | 160.00        |             |
| 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          |             |
| 不知火(デコポン)(生) | 1/6個         | 29.10         |             |

## 給食日誌

自校調理中学校

平成30年2月23日 金曜日

&lt;献立名&gt; ごはん 牛乳 すいとん さんまの煮付け きんぴらごぼう

| 食品名            | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(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) | 25.00        | 25.00         | 小麦         |
| 鶏ももこま(皮なし)     | 12.00        | 12.00         | 鶏肉         |
| 油揚げ            | 6.00         | 6.00          | 大豆         |
| にんじん(生)        | 10.31        | 10.00         |            |
| 干しいたけ(スライス)    | 0.50         | 0.50          |            |
| だいこん(生)        | 16.67        | 15.00         |            |
| ながねぎ(生)        | 8.33         | 5.00          |            |
| こまつな(生)        | 11.76        | 10.00         |            |
| だしパック(厚削り)     | 4.00         | 4.00          |            |
| 食塩             | 0.30         | 0.30          |            |
| みりん(本みりん)      | 1.00         | 1.00          |            |
| こいくちしょうゆ       | 4.00         | 4.00          | 小麦、大豆      |
| 水              | 160.00       | 160.00        |            |
| さんまの煮付け(冷凍)    | 1個           | 50.00         | 小麦、大豆、オレンジ |
| ごぼう(生)         | 27.78        | 25.00         |            |
| にんじん(生)        | 10.31        | 10.00         |            |
| ごま・いり(白)       | 0.20         | 0.20          | ごま         |
| なたね油           | 0.50         | 0.50          |            |
| 三温糖            | 1.20         | 1.20          |            |
| こいくちしょうゆ       | 2.50         | 2.50          | 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30年2月26日月曜日

&lt;献立名&gt; チーズパン 牛乳 そぼろのカレースープ 鶏肉のバーベキューソース 青のりポテト

| 食品名        | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考       |
|------------|--------------|---------------|----------|
| チーズパン      | 1個           | 70.00         | 乳、小麦、大豆  |
| 牛乳         | 1個           | 206.00        | 乳        |
| 豚肉（もも・ひき）  | 10.00        | 10.00         | 豚肉       |
| しょうが（生）    | 0.38         | 0.30          |          |
| こいくちしょうゆ   | 1.00         | 1.00          | 小麦、大豆    |
| なたね油       | 0.30         | 0.30          |          |
| にんじん（生）    | 20.62        | 20.00         |          |
| たまねぎ（生）    | 21.28        | 20.00         |          |
| キャベツ（生）    | 23.53        | 20.00         |          |
| コンソメのもと    | 1.00         | 1.00          | 大豆、鶏肉、豚肉 |
| 食塩         | 0.80         | 0.80          |          |
| こいくちしょうゆ   | 4.00         | 4.00          | 小麦、大豆    |
| カレー粉       | 0.35         | 0.35          |          |
| 水          | 160.00       | 160.00        |          |
| 鶏もも（皮つき）   | 1個           | 50.00         | 鶏肉       |
| 食塩         | 0.16         | 0.16          |          |
| こしょう（白）    | 0.01         | 0.01          |          |
| でん粉（じゃがいも） | 5.00         | 5.00          |          |
| なたね油（揚油）   | 5.00         | 5.00          |          |
| こいくちしょうゆ   | 1.30         | 1.30          | 小麦、大豆    |
| トマトピューレ    | 4.20         | 4.20          |          |
| ウスターソース    | 0.80         | 0.80          |          |
| 三温糖        | 0.80         | 0.80          |          |
| たまねぎ（生）    | 2.66         | 2.50          |          |
| なたね油       | 0.20         | 0.20          |          |
| アップルソース    | 5.80         | 5.80          | りんご      |
| にんにく（生）    | 0.17         | 0.16          |          |
| じゃがいも（生）   | 44.44        | 40.00         |          |
| なたね油（揚油）   | 4.00         | 4.00          |          |
| 食塩         | 0.20         | 0.20          |          |
| こしょう（白）    | 0.01         | 0.01          |          |
| あおさ（粉末）    | 0.03         | 0.03          |          |

## 給食日誌

自校調理中学校

平成30年2月27日火曜日

&lt;献立名&gt; ごはん ふりかけ 牛乳 けんちん汁 豚肉のしょうが炒め ブロッコリー

| 食品名        | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考              |
|------------|--------------|---------------|-----------------|
| 精米・強化米(白)  | 100.00       | 100.00        |                 |
| 水          | 120.00       | 120.00        |                 |
| ふりかけ(コバトン) | 1個           | 2.50          | 卵、乳、小麦、大豆、ごま、鶏肉 |
| 牛乳         | 1個           | 206.00        | 乳               |
| ごぼう(生)     | 6.67         | 6.00          |                 |
| にんじん(生)    | 12.37        | 12.00         |                 |
| だいこん(生)    | 11.11        | 10.00         |                 |
| ながねぎ(生)    | 8.33         | 5.00          |                 |
| さといも(いちょう) | 10.00        | 10.00         |                 |
| 豆腐(木綿)     | 23.00        | 23.00         | 大豆              |
| 油揚げ        | 6.00         | 6.00          | 大豆              |
| 板こんにゃく     | 6.00         | 6.00          |                 |
| だしパック(厚削り) | 4.00         | 4.00          |                 |
| こいくちしょうゆ   | 8.00         | 8.00          | 小麦、大豆           |
| 食塩         | 0.50         | 0.50          |                 |
| 水          | 160.00       | 160.00        |                 |
| 豚肉(もも・こま)  | 65.00        | 65.00         | 豚肉              |
| たまねぎ(生)    | 10.64        | 10.00         |                 |
| しょうが(生)    | 1.25         | 1.00          |                 |
| こいくちしょうゆ   | 4.00         | 4.00          | 小麦、大豆           |
| 清酒         | 1.50         | 1.50          |                 |
| みりん(本みりん)  | 1.50         | 1.50          |                 |
| 三温糖        | 1.00         | 1.00          |                 |
| なたね油       | 0.50         | 0.50          |                 |
| でん粉(じゃがいも) | 0.50         | 0.50          |                 |
| 水          | 2.00         | 2.00          |                 |
| 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30年2月28日水曜日

&lt;献立名&gt; ひな寿司 牛乳 すまし汁 あじフライ 桜もち

| 食品名         | 一人使用量<br>(g) | 一人正味重量<br>(g) | 備考    |
|-------------|--------------|---------------|-------|
| 精米・強化米(白)   | 100.00       | 100.00        |       |
| 水           | 120.00       | 120.00        |       |
| 三温糖         | 5.50         | 5.50          |       |
| 穀物酢         | 9.10         | 9.10          |       |
| 食塩          | 1.30         | 1.30          |       |
| 鶏むねこま(皮なし)  | 10.00        | 10.00         | 鶏肉    |
| むきえび(冷凍)    | 8.00         | 8.00          | えび    |
| にんじん(生)     | 15.46        | 15.00         |       |
| 錦糸たまご(冷凍)   | 10.00        | 10.00         | 卵、大豆  |
| 食塩          | 0.10         | 0.10          |       |
| なたね油        | 1.00         | 1.00          |       |
| 三温糖         | 2.50         | 2.50          |       |
| こいくちしょうゆ    | 3.50         | 3.50          | 小麦、大豆 |
| だしのもと       | 0.50         | 0.50          |       |
| みりん(本みりん)   | 2.00         | 2.00          |       |
| 牛乳          | 1個           | 206.00        | 乳     |
| 豆腐(木綿)      | 35.00        | 35.00         | 大豆    |
| あらははんぺん(冷蔵) | 12.00        | 12.00         | やまいも  |
| カットわかめ      | 0.60         | 0.60          |       |
| 菜の花(冷凍)     | 3.40         | 3.40          |       |
| ながねぎ(生)     | 10.00        | 6.00          |       |
| こいくちしょうゆ    | 2.30         | 2.30          | 小麦、大豆 |
| 食塩          | 0.90         | 0.90          |       |
| だしパック(厚削り)  | 3.40         | 3.40          |       |
| 水           | 190.00       | 190.00        |       |
| あじフライ(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          |       |
| 桜もち(冷凍)     | 1個           | 30.00         |       |