

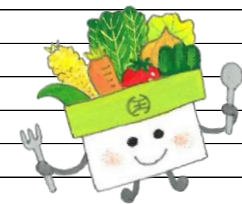
# [ 詳細献立表 ]



2026年 7月27日 ~ 2026年 7月31日

センター寺田 2026-06-26 印刷

7月27日(月)		7月28日(火)		7月29日(水)		7月30日(木)		7月31日(金)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
<b>【スパゲティミートソース】</b>		<b>【ウイナーピラフ】</b>		<b>【はちっこつけ麺】</b>		<b>【夏野菜のドライカレー】</b>		<b>【やきとり丼 ★★】</b>	
★スパゲティ	70.00	米	65.00	★むし中華めん	110.00	米	70.00	米	70.00
塩	0.00	水	0.00	油	1.00	水	0.00	水	0.00
水	0.00			しょうゆ	2.50	カレー粉	0.18		
オリーブ油	2.50	ウイナー1cm輪切り	20.00	水(だし汁)	1.50			鶏もも角切肉	30.00
		にんじん	10.00			なす	20.00	鶏むね角切肉	22.00
豚かた挽肉	40.00	たまねぎ	20.00	豚バラこま肉	20.00	油	0.70	しょうゆ	0.90
赤ワイン	2.00	(冷)ホールコーン	5.00	たけのこ缶	6.00			酒	1.00
たまねぎ	85.00	ピーマン	5.00	根しょうが	0.30	豚かた挽肉	45.00	根しょうが	0.50
にんじん	23.00	にんにく	0.35	ごま油	0.45	たまねぎ	100.00	ながねぎ	40.00
にんにく	0.40	油	0.60	しょうゆ	0.45	にんじん	15.00	鉄板油	0.00
セロリー	1.20	塩	0.50	さとう	0.15	ピーマン	5.00	しょうゆ	4.00
油	1.00	こしょう	0.02	酒	0.35	にんにく	0.25	みりん	4.50
ホールトマト	12.00	しょうゆ	1.00	なると	5.00	根しょうが	0.45	さとう	2.00
トマトケチャップ	10.00			もやし	15.00	油	1.00	水	4.50
トマトピューレ	23.00	<b>【照り焼きチキン】</b>		(冷)ホールコーン	6.00	トマトケチャップ	5.00	でんぷん	0.40
ウスターソース	3.50	鶏もも皮なし角切り肉	50.00	こまつな	10.00	ウスターソース	1.00		
塩	0.45	根しょうが	1.00	しょうゆ	3.00	塩	0.70	<b>【夏野菜のみそ汁】</b>	
こしょう	0.03	しょうゆ	3.50	塩	0.35	こしょう	0.03	たまねぎ	20.00
		酒	0.50	こしょう	0.01	カレー粉	0.40	じゃがいも	15.00
<b>【じゃことわかめのサラダ】</b>		みりん	2.00	煮干し	2.00			とうがん	20.00
カットわかめ	0.70	鉄板油	0.00	けずり節(調理用)	2.00	<b>【ツナと大根のサラダ】</b>		なす	15.00
にんじん	7.00			水	120.00	にんじん	5.00	こまつな	10.00
キャベツ	30.00	<b>【ミネストローネ】</b>				だいこん	25.00	油揚げ	3.50
(冷)ホールコーン	7.00	ベーコン千切り	8.00	たまねぎ	15.00	きゅうり	10.00	赤みそ	4.50
ちりめんじゃこ	3.00	たまねぎ	30.00			(冷)ホールコーン	5.00	みそ	4.50
酢	1.00	にんじん	10.00	<b>【棒餃子】</b>		ツナ	4.50	けずり節(調理用)	4.00
しょうゆ	2.00	キャベツ	25.00	豚もも挽肉	20.00			水	100.00
さとう	0.90	じゃがいも	10.00	はくさい	5.00	しょうゆ	1.56		
塩	0.15	ホールトマト	30.00	はるさめ	1.00	さとう	0.78	<b>【オレンジポンチ】</b>	
油	0.90	セロリー	0.80	にら	3.00	油	0.78	フルーツミックス缶	40.00
ごま油	0.40	油	1.00	にんにく	0.10	ごま油	0.42	オレンジジュース	24.00
		塩	0.80	根しょうが	0.10	酢	0.78		
<b>【フルーツゼリー】</b>		こしょう	0.03	ごま油	0.10	塩	0.06		
粉寒天	0.50	けずり節	3.00	塩	0.20	こしょう	0.01		
さとう	6.00	水	80.00	しょうゆ	1.50				
水	65.00			でんぷん	1.00	<b>【果物(小玉すいか 1/16)】</b>			
フルーツミックス缶	25.00	<b>【果物(冷凍ぼんかん)】</b>		春巻きの皮	15.00	すいか	67.20		
白ワイン	1.00	(冷)ぼんかん	50.00	鉄板油	0.00				
				<b>【ピリカラきゅうり】</b>					
				きゅうり	35.00				
				ごま油	1.00				
				酢	2.00				
				さとう	0.30				
				しょうゆ	2.50				
				塩	0.10				
				一味唐辛子	0.01				



まってるね!



※献立は、食材の入荷状況等により、変更することがあります。ご了承ください。