

[詳細献立表]

選択アレルギー：特定原材料8品目

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ, 飲用牛乳)

0: 通常献立 換算学年： センタ

2025年 5月 1日 ~ 2025年 5月31日

センター元八 2025-04-14 印刷

5月 1日(木)		5月 2日(金)		5月 7日(水)		5月 8日(木)		5月 9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
【#ガーリックライス】		【◆赤米ごはん】		【◆はち大根おろしスパゲティ】		【◆ごはん (91)】		【◆ルーローハン (魯肉飯)】	
米	95.00	米	85.00	★スパゲティ	90.00	米	91.00	米	91.00
水	0.00	もち米	3.00	ゆで塩	0.00	水	0.00	水	0.00
オリーブ油	1.10	赤米	3.00	オリーブ油	2.00				
パセリ(乾)	0.06	水	0.00	★バター	1.00	【鮭の塩焼き】		豚バラ角切り肉	30.00
にんにく	1.00			しょうゆ	2.00	甘塩鮭 40g	0.00	豚かた角切り肉	30.00
塩	0.40	【◆鱈のみそ焼き】		だいこん	110.00	甘塩鮭 50g	0.00	根しょうが	1.30
こしょう	0.02	さわら切身 40g	0.00	ツナ	45.00	甘塩鮭 60g	0.00	だいこん	90.00
		さわら切身 50g	0.00	えのきたけ	5.00	甘塩鮭 70g	70.00	水	15.00
【●チキンのトマト煮込み】		さわら切身 60g	0.00	酢	4.00	鉄板油	0.00	酒	3.00
鶏もも皮なし角切り肉	37.50	さわら切身 70g	70.00	さとう	2.00			さとう	1.60
鶏もも角切り肉	25.00	根しょうが	1.50	塩	1.20	【◆春キャベツの彩り和え】		しょうゆ	8.00
塩	0.25	酒	2.50	しょうゆ	5.00	こまつな	20.00	みりん	3.50
こしょう	0.01	鉄板油	0.00	だいこん葉	4.00	キャベツ	35.00	でんぷん	2.00
赤ワイン	1.25	みそ	5.00	きざみのり	0.50	にんじん	15.00	チンゲンツァイ	40.00
にんにく	0.25	みりん	2.50			かつおぶし粉	0.30		
根しょうが	0.25	さとう	1.50	【◆ズッキーニのサラダ】		塩	0.10	【タンファータン (蛋花湯)】	
サラダ油	2.50	水	2.00	キャベツ	40.00	みりん	2.00	★卵	20.00
たまねぎ	62.50			にんじん	15.00	さとう	0.50	ロースハム	10.00
にんじん	25.00	【◆筈の筑前煮】		ズッキーニ	15.00	しょうゆ	2.50	にんじん	12.00
じゃがいも	37.50	鶏ももこま肉	15.00	酢	2.00			たまねぎ	25.00
ズッキーニ	25.00	じゃがいも	30.00	オリーブ油	2.50	【◆呉汁】		こまつな	20.00
パジル(粉)	0.06	焼き竹輪	10.00	さとう	1.30	豚ももこま肉	10.00	塩	0.84
トマトケチャップ	12.50	にんじん	15.00	塩	0.50	大豆	5.00	こしょう	0.02
ホールトマト	25.00	ごぼう	15.00	からし(粉)	0.05	にんじん	15.00	けずり節	4.00
中濃ソース	3.13	こんにやく角	10.00			だいこん	30.00	水	130.00
塩	0.75	たけのこ(ゆで)	25.00	【◆オレンジポンチ】		ながねぎ	15.00	でんぷん	1.20
こしょう	0.01	さやいんげん	5.00	フルーツミックス缶	60.00	油揚げ	10.00	ごま油	0.36
水	25.00	サラダ油	0.80	みかんジュース	30.00	豆腐(絹ごし)	15.00		
		さとう	1.60			みそ	7.00	【台湾・高雄のバナナプルコンポート】	
【◆アスパラサラダ】		塩	0.04	【牛乳】		赤みそ	6.00	バナナプル 6玉	49.70
キャベツ	40.00	しょうゆ	3.60	★牛乳	206.00	煮干し	3.00	さとう	4.50
グリーンアスパラ	6.00	酒	0.80			水	115.00	白ワイン	3.00
にんじん	10.00	水(だし汁)	16.00					水	4.50
きゅうり	16.00					【果物】			
赤ピーマン	2.00	【端午のすまし汁】				かんきつるい	50.00	【牛乳】	
レモン(果汁、生)	0.80	鶏むねこま肉	10.00					★牛乳	206.00
酢	1.50	型抜きかまぼこ	8.00			【牛乳】			
はちみつ	0.50	カットわかめ	1.00			★牛乳	206.00		
さとう	1.00	豆腐(絹ごし)	25.00						
オリーブ油	2.20	えのきたけ	10.00						
塩	0.50	ながねぎ	15.00						
こしょう	0.01	こまつな	15.00						
		しょうゆ	1.50						
【■黄桃缶】		塩	1.10						
黄桃缶	45.00	酒	1.00						
		けずり節	4.00						
【牛乳】		水	140.00						
★牛乳	206.00								
		【果物】							
		かんきつるい	50.00						
		【牛乳】							
		★牛乳	206.00						

【 詳細 献立表 】

選択アレルギー：特定原材料8品目

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ, 飲用牛乳)

0: 通常献立 換算学年： センタ

2025年 5月 1日 ~ 2025年 5月31日

センター元八

2025-04-14 印刷

5月12日(月)		5月13日(火)		5月14日(水)		5月15日(木)		5月16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
【◆ごはん(91)】		【カレーピラフ】		【◆ごはん(91)】		【#食パン】		【三番麦ごはん】	
米	91.00	米	80.00	米	91.00	★食パン40g	0.00	米	85.00
水	0.00	油	2.00	水	0.00	★食パン50g	0.00	もち米	2.00
		カレー粉	0.15			★食パン60g	0.00	赤米	2.00
【●ししゃものカレー天】		水	0.00	【■ホキのごまがらめ】		★食パン70g	97.00	黒米	2.00
ししゃも	40.00			ホキ角切り	70.00			きび	2.50
カレー粉	0.40	鶏ももこま肉	11.00	酒	0.50	【手作り苺ジャム】		青のり	0.15
★卵	7.00	にんじん	11.00	根しょうが	0.70	いちご	30.00		
水	6.00	たまねぎ	13.00	でんぶん	9.00	レモン(果汁、生)	0.50	【鶏の桑都みそ焼き】	
★小麦粉	7.00	(冷) ホールコーン	10.00	揚げ油	4.00	さとう	10.00	鶏もも切身40g	0.00
揚げ油	4.00	(冷) グリンピース	5.00	白いりごま	1.50			鶏もも切身50g	0.00
		油	1.00	しょうゆ	3.50	【◆ポークビーンズ】		鶏もも切身60g	0.00
【●五目きんぴら】		カレー粉	0.30	さとう	3.50	大豆	18.00	鶏もも切身70g	70.00
にんじん	14.63	塩	0.90	みりん	1.50	豚かた角切り肉	20.00	酒	2.50
ごぼう	14.63	こしょう	0.02	酒	1.50	塩	0.10	鉄板油	0.00
糸こんにゃく	12.68					こしょう	0.02	西京みそ	4.00
れんこん	12.68	【@豆腐ハンバーグ】		【#ピリ辛じゃこキャベツ】		じゃがいも	60.00	みそ	2.50
さつま揚げ	4.88	1/2絞り豆腐	40.00	きゅうり	15.00	にんじん	20.00	みりん	1.40
(冷) さやいんげん	4.88	豚もも挽肉	20.00	キャベツ	40.00	たまねぎ	60.00	さとう	0.45
一味唐辛子	0.01	豚かた挽肉	20.00	ちりめんじゃこ	3.00	グリンピース	5.00	桑の葉粉	0.10
油	0.98	たまねぎ	35.00	ごま油	0.50	サラダ油	1.30	水	3.50
しょうゆ	3.42	サラダ油	0.50	しょうゆ	2.00	トマトケチャップ	12.00		
さとう	1.17	★調理用牛乳	4.00	さとう	0.80	トマトピューレ	12.00	【定式暮和え】	
酒	0.98	★スキムミルク	2.00	塩	0.06	さとう	1.50	干ひじき(ステンス釜、乾)	0.60
ごま油	0.30	★卵	6.00	酢	0.60	★小麦粉	4.00	こまつな	25.00
		★パン粉	6.00	一味唐辛子	0.01	サラダ油	2.00	もやし	20.00
【◆かぶのみそ汁】		塩	0.60			★バター	2.00	油揚げ	12.00
カットわかめ	0.99	こしょう	0.03	【◎豚汁】		ウスターソース	4.00	にんじん	6.00
かぶ	29.70	鉄板油	0.00	豚ももこま肉	20.00	塩	1.00	ごま油	1.00
キャベツ	29.70	トマトケチャップ	2.00	ごぼう	9.00	こしょう	0.02	さとう	0.80
ながねぎ	14.85	トマトピューレ	2.00	だいこん	22.00	水	65.00	酒	0.60
油揚げ	6.93	ウスターソース	3.00	にんじん	13.00			しょうゆ	3.60
赤みそ	5.94	水	3.00	しめじ	5.00	【フロッキーのサラダ】		かつおぶし粉	0.50
みそ	6.93			ながねぎ	13.00	ブロッコリー	22.00		
けずり節(調理用)	3.96	【ABCスープ】		こんにゃく短冊	6.00	キャベツ	27.00	【ろくろ車のすまし汁】	
水	128.70	★アルファベットマカロニ	5.70	豆腐(絹ごし)	22.00	にんじん	8.00	★焼きふ(車ふ)	3.50
		ベーコン短冊	4.75	ごまつな	9.00	(冷) ホールコーン	8.00	ながねぎ	25.00
【果物(みかん缶)】		油	0.48	サラダ油	0.80	きゅうり	8.00	カットわかめ	0.35
みかん缶	50.00	たまねぎ	19.00	みそ	12.50	酢	2.00	にんじん	8.00
		にんじん	12.35	煮干し	3.00	オリーブ油	2.50	えのきたけ	8.00
【牛乳】		キャベツ	24.70	水	110.00	さとう	0.90	絹ごし豆腐	22.00
★牛乳	206.00	ホールトマト	38.00			塩	0.40	しょうゆ	1.00
		セロリー	1.24	【果物】		からし(粉)	0.05	塩	0.80
		塩	0.95	かんきつるい	50.00			だしこんぶ	0.20
		こしょう	0.03			【牛乳】		けずり節	4.00
		けずり節	3.80	【牛乳】		★牛乳	206.00	水	155.00
		水	128.25	★牛乳	206.00				
		【ヨーグルトのピーチソースかけ】						【果物】	
		★調理用ヨーグルト	50.00					かんきつるい	50.00
		黄桃缶	20.00					【牛乳】	
		さとう	1.50					★牛乳	206.00
		水	0.00						
		【牛乳】							
		★牛乳	206.00						

[詳細献立表]

選択アレルギー：特定原材料8品目

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ, 飲用牛乳)

0: 通常献立 換算学年： センタ

2025年 5月 1日 ~ 2025年 5月31日

センター元八

2025-04-14 印刷

5月26日(月)		5月27日(火)		5月28日(水)		5月29日(木)		5月30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
【◆ごはん(91)】		【●チリビーンズサンド】		【#はち大根のキムタクごはん】		【◆ごはん(91)】		【◆ジャージャー麺】	
米	91.00	★ミルクパン40g	0.00	米	78.00	米	91.00	★むし中華めん	150.00
水	0.00	★ミルクパン50g	0.00	水	0.00	水	0.00	サラダ油	2.00
		★ミルクパン60g	0.00	豚バラこま肉	10.00			豚もも挽肉	30.00
【◆のサング焼き】		★ミルクパン70g	70.00	豚ももこま肉	10.00	【ぎせい豆腐】		にんにく	0.40
あじすりみ	22.00	金時豆	9.00	大根(たくあん干し大根漬)	19.20	鶏もも挽肉	13.00	根ししょうが	0.50
たらすりみ	22.00	ウィンナー	5.00	キムチ漬け	15.00	油	0.50	たまねぎ	30.00
鶏もも挽肉	33.00	豚かた挽肉	15.00	ながねぎ	10.00	1/2絞り豆腐	40.00	ながねぎ	20.00
ながねぎ	11.00	たまねぎ	30.00	サラダ油	1.00	★殺菌液卵	40.00	にんじん	10.00
にんじん	8.80	にんじん	10.00	酒	1.30	干しいたけ(スライス)	0.60	たけのこレトルトパウチ	10.00
根ししょうが	0.66	ピーマン	4.00	塩	0.13	にんじん	8.00	干しいたけ(スライス)	1.00
赤みそ	5.50	にんにく	0.15	こしょう	0.02	たまねぎ	25.00	サラダ油	1.00
しょうゆ	2.64	セロリー	0.65	しょうゆ	1.80	さとう	2.50	赤みそ	12.00
白いりごま	2.20	油	1.00	ごま油	1.00	しょうゆ	3.20	さとう	1.50
★パン粉	3.30	★小麦粉	1.00			酒	1.30	酒	2.50
でんぷん	3.30	塩	0.40	【さばの香味焼き】		鉄板油	0.00	トウバンジャン	0.20
鉄板油	0.00	こしょう	0.01	さば切身40g	0.00			しょうゆ	1.00
		トマトケチャップ	6.50	さば切身50g	0.00	【◎野菜と油揚げのごま和え】		水	7.00
【◆切干大根の煮物】		ウスターソース	2.00	さば切身60g	0.00	こまつな	18.00		
切干しだいこん	5.50	チリパウダー	0.30	さば切身70g	70.00	もやし	32.00		
にんじん	7.00			根ししょうが	0.30	にんじん	8.00	白いりごま	1.00
油揚げ	4.00	【■フレンチきゅうり】		にんにく	0.30	油揚げ	5.00	塩	0.25
さつま揚げ	7.00	きゅうり	40.00	ながねぎ	0.50	白つぎごま	2.00	こしょう	0.02
(冷) さやいんげん	3.00	サラダ油	2.50	みそ	2.50	しょうゆ	3.50		
さとう	1.00	酢	2.00	しょうゆ	1.80	さとう	2.00	【■青のりポテト】	
しょうゆ	2.50	さとう	0.25	みりん	0.70	みりん	2.00	くし型ポテト	80.00
みりん	0.85	塩	0.30	油	1.00			揚げ	4.00
酒	0.60	こしょう	0.01			【●みそ汁(じゃがいも・油揚げ)】		青のり	0.10
水(だし汁)	25.00	からし(粉)	0.03	【◆3色ナムル】		カットわかめ	1.00	塩	0.20
				こまつな	10.00	たまねぎ	8.00		
【みそけんちん(豚肉5g)】		【●八王子産そら豆のシチュー】		もやし	40.00	【◎わかめスープ】			
豚ももこま肉	5.00	鶏もも皮なしこま肉	15.00	にんじん	10.00	カットわかめ	1.00		
じゃがいも	20.00	ベーコン短冊	5.00	さとう	0.22	たまねぎ	25.00		
だいこん	20.00	じゃがいも	35.00	塩	0.40	チンゲンツァイ	15.00		
にんじん	10.00	にんじん	15.00	にんにく	0.15	赤みそ	6.00	(冷) ホールコーン	10.00
ごぼう	10.00	たまねぎ	35.00	ごま油	1.00	みそ	6.00	えのきたけ	8.00
こんにゃく	20.00	キャベツ	30.00	白いりごま	0.90	煮干し	3.00	豆腐(絹ごし)	30.00
豆腐(絹ごし)	20.00	マッシュルーム	4.00			水	130.00	塩	1.00
油	1.00	そらまめ	15.00	【◆チンゲンサイと卵のスープ】		【牛乳】		こしょう	0.02
赤みそ	7.00	サラダ油	1.00	鶏ももこま肉	5.00	★牛乳	206.00	しょうゆ	2.00
みそ	6.00	★小麦粉	6.50	チンゲンツァイ	20.00			けずり節	4.00
けずり節	4.00	★バター	3.50	★卵	20.00			水	140.00
水	120.00	サラダ油	3.00	にんじん	15.00			【牛乳】	
		塩	1.00	しめじ	15.00			★牛乳	206.00
【果物】		こしょう	0.03	カットわかめ	0.40				
かんきつるい	50.00	水	20.00	豆腐(絹ごし)	25.00			【くだもの(フルーツミックス缶)】	
		★調理用牛乳	70.00	塩	1.10			フルーツミックス(缶詰)	45.00
【牛乳】		★生クリーム	1.50	しょうゆ	1.50				
★牛乳	206.00			こしょう	0.02				
		【牛乳】		でんぷん	1.30				
		★牛乳	206.00	けずり節	4.00				
				水	120.00				
				【牛乳】					
				★牛乳	206.00				