[詳 細 献 立 表]

詳細献立表の記号について
★･･･特定原材料9目(小麦. 乳. 卵. えび. かに. ピーナッツ. そば. くるみ,カシューナッツ)を含む食品です。

2026年12月 1日 ～ 2026年12月25日

センター元横山　2026-11-12 印刷

12月 1日(火)		12月 2日(水)		12月 3日(木)		12月 4日(金)		12月 7日(月)	
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】		【三番叟ごはん】		【有機かぼちゃのカレーライス】		【きびごはん】		【ごはん(有機米)】	
米	95.00	米	85.00	米	90.00	米	87.00	有機米	91.00
水	0.00	もち米	2.00	水	0.00	もち米	2.50	水	0.00
		赤米	2.00	鶏もも皮なしこま肉	30.00	きび	2.50		
【マーボー豆腐】		黒米	2.00	有機かぼちゃ	33.00	水	0.00	【牛すき焼き風煮】	
豆腐(絹ごし)	100.00	きび	2.50	じゃがいも	30.00			豆腐(木綿)	85.00
豚もも挽肉	30.00	青のり	0.15	たまねぎ	75.00	【鰤の照り焼き】		さとう	0.50
ながねぎ	35.00			にんじん	20.00	ぶり切身70g	70.00	しょうゆ	1.00
にんじん	30.00	【鶏の桑都みそ焼き】		にんにく	0.20	酒	1.50	水	15.00
たけのこレトルトパウチ	10.00	鶏もも切身70g	70.00	根しょうが	0.80	鉄板油		牛肩こま肉	70.00
にら	4.00	酒	2.50	サラダ油	1.70	みりん	4.90	しらたき	44.00
根しょうが	1.50	鉄板油	0.00	★小麦粉	9.00	さとう	1.40	にんじん	20.00
にんにく	0.40	西京みそ	4.00	★バター	4.50	しょうゆ	4.30	はくさい	50.00
干ししいたけ(スライス)	0.50	みそ	2.50	サラダ油	5.00	根しょうが	0.60	ながねぎ	20.00
サラダ油	1.00	みりん	1.40	カレー粉	0.55	でんぷん	0.50	サラダ油	1.00
さとう	2.20	さとう	0.45	トマトケチャップ	4.50	水	1.80	しょうが	0.50
しょうゆ	5.00	桑の葉(粉)	0.10	ウスターソース	1.00			さとう	2.70
赤みそ	6.50	水(だし汁)	3.50	中濃ソース	1.70	【せいだのたまじ】		しょうゆ	7.40
水	22.00			塩	1.65	じゃがいも	75.00	塩	0.24
でんぷん	2.20	【定式幕和え】		こしょう	0.02	みそ	6.00	水	14.00
ごま油	0.55	芽ひじき	0.60	カレー粉	0.45	みりん	1.00		
トウバンジャン	0.15	こまつな	25.00	しょうゆ	1.40	さとう	6.00	【野菜のおかか和え】	
		もやし	20.00	水	82.00	水	5.00	こまつな	23.00
【八王子大根ツナサラダ】		油揚げ	12.00			白いりごま	1.00	もやし	27.00
だいこん	35.00	にんじん	6.00	【ビーンズサラダ】				にんじん	9.00
きゅうり	15.00	ごま油	1.00	(冷)むき枝豆	10.00	【かきたま汁】		しょうゆ	2.70
にんじん	3.00	さとう	0.80	(冷)ホールコーン	10.00	鶏もも皮なしこま肉	5.00	みりん	1.35
ツナ	10.00	酒	0.60	ブロッコリー	25.00	★卵	15.00	かつおぶし粉	0.72
きざみのり	0.30	しょうゆ	3.60	キャベツ	20.00	★殺菌液卵	10.00		
サラダ油	1.00	かつおぶし粉	0.50	にんじん	5.00	干しほたて貝柱	1.00	【まめ黒糖】	
★マヨネーズ	3.00			酢	2.00	にんじん	15.00	煎り大豆	10.00
白いりごま	0.50	【ろくろ車のすまし汁】		オリーブ油	2.50	たまねぎ	30.00	黒砂糖	3.50
さとう	1.00	★焼きふ(車ふ)	3.50	さとう	0.90	しめじ	15.00	水	1.50
しょうゆ	2.50	ながねぎ	25.00	塩	0.50	ほうれんそう	20.00		
塩	0.40	カットわかめ	0.35	からし(粉)	0.05	塩	1.20	【牛乳】	
酢	1.00	にんじん	8.00			しょうゆ	2.00	★牛乳	206.00
ごま油	1.00	えのきたけ	8.00	【フルーツヨーグルト】		けずり節	4.00		
		豆腐(絹ごし)	22.00	★調理用ヨーグルト	40.00	水	120.00		
【わかめスープ】		しょうゆ	1.00	フルーツミックス缶	50.00	でんぷん	1.00		
カットわかめ	0.70	塩	0.80						
干しほたて貝柱	1.00	だしこんぶ	0.20	【牛乳】		【果物(紅マドンナ)】			
(冷)ホールコーン	10.00	けずり節	4.00	★牛乳	206.00	紅マドンナ	12.50		
たけのこレトルトパウチ	15.00	水	145.00						
たまねぎ	25.00					【牛乳】			
塩	1.00	【果物(紅マドンナ)】				★牛乳	206.00		
こしょう	0.02	紅マドンナ	50.00						
しょうゆ	1.00								
けずり節	4.00	【牛乳】							
水	160.00	★牛乳	206.00						
【牛乳】									
★牛乳	206.00								

[詳 細 献 立 表]

詳細献立表の記号について
★･･･特定原材料9品目(小麦. 乳. 卵. えび. かに. ピーナッツ. そば. くるみ,カシューナッツ)を含む食品です。

2026年12月 1日 ～ 2026年12月25日

センター元横山　2026-11-12 印刷

12月 8日(火)		12月 9日(水)		12月10日(木)		12月11日(金)		12月14日(月)	
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】		【米粉パン】		【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】	
米	91.00	★米粉パン70g	70.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00
水	0.00			水	0.00	水	0.00	水	0.00
		【八王子ナポリタン】							
【鮭の塩焼き】		★スパゲティ	25.00	【いかのチリソース】		【茎わかめのにんにく炒め】		【鯖のおろしソース】	
甘塩鮭切身70g	70.00	ベーコン千切り	6.50	いか切身70g	70.00	くきわかめ	15.00	さば切身70g	70.00
鉄板油	1.00	たまねぎ	20.00	にんにく	0.30	にんにく	0.40	塩	0.20
		ピーマン	6.50	白ワイン	2.00	ごま油	0.60	こしょう	0.01
【ほうれん草のごま和え】		にんじん	6.50	チリパウダー	0.15	しょうゆ	1.00	しょうゆ	1.00
ほうれんそう	20.00	にんにく	0.10	塩	0.40	みりん	1.00	鉄板油	1.00
もやし	35.00	油	0.65	こしょう	0.01	白いりごま	1.00	だいこん	20.00
(冷)ホールコーン	5.00	トマトケチャップ	10.00	でんぷん	6.00			根しょうが	0.30
油揚げ	6.00	トマトピューレ	4.00	揚油	4.00	【厚焼き卵】		しょうゆ	1.20
白つきごま	2.00	みそ	1.00	トマトケチャップ	8.00	★殺菌液卵	66.00	みりん	1.50
しょうゆ	4.30	塩	0.20	チリパウダー	0.45	豚もも挽肉	8.80	さとう	0.30
さとう	2.60	こしょう	0.03	さとう	0.15	たまねぎ	22.00	でんぷん	0.15
みりん	2.60	さとう	0.20	酢	0.70	にんじん	11.00		
		トマトケチャップ	1.50	水	1.50	干ししいたけ(スライス)	0.33	【五目煮豆】	
【豚汁】		たまねぎ	20.00			油	0.55	大豆	8.00
豚バラこま肉	15.00	にんにく	0.10	【中華サラダ】		さとう	1.10	鶏もも皮なしこま肉	3.00
じゃがいも	10.00	オリーブ油	0.40	はるさめ	1.50	しょうゆ	1.10	にんじん	10.00
だいこん	20.00			にんじん	7.00	塩	0.44	ごぼう	10.00
にんじん	10.00	【鰆のハーブ焼き】		キャベツ	30.00	水(だし汁)	5.50	角切こんぶ	0.40
ごぼう	10.00	さわら切身70g	70.00	もやし	20.00	鉄板油	0.00	油	0.80
ながねぎ	10.00	塩	0.33	ロースハム	7.00			しょうゆ	2.00
たまねぎ	7.00	こしょう	0.01	さとう	0.35	【小松菜と油揚げのごま和え】		さとう	1.50
こんにゃく色紙	7.00	白ワイン	2.00	しょうゆ	1.70	こまつな	10.00	酒	1.00
豆腐(絹ごし)	20.00	セロリー	0.25	酢	1.70	もやし	30.00	水(だし汁)	15.00
サラダ油	1.00	バジル(粉)	0.10	ごま油	0.70	にんじん	10.00		
みそ	11.50	にんにく	0.30	白いりごま	1.00	油揚げ	5.00	【かぶのみそ汁】	
煮干し	3.00	パセリ(乾)	0.10	塩	0.20	白つきごま	1.70	キャベツ	25.00
水	100.00	オリーブ油	1.00	こしょう	0.01	しょうゆ	2.50	ながねぎ	15.00
						さとう	1.50	かぶ	20.00
【果物(いちご1個)】		【ペイザンヌスープ】		【たまごスープ】		塩	0.20	油揚げ	7.00
いちご	25.00	ベーコン色紙	10.00	★殺菌液卵	5.00			カットわかめ	0.80
		じゃがいも	15.00	★卵	15.00	【けんちん汁】		赤みそ	6.00
【牛乳】		にんじん	15.00	鶏もも皮なしこま肉	20.00	豆腐(絹ごし)	20.00	みそ	5.00
★牛乳	206.00	たまねぎ	35.00	干しほたて貝柱	1.00	油揚げ	6.00	けずり節(調理用)	4.00
		キャベツ	10.00	豆腐(絹ごし)	25.00	ごぼう	12.00	水	130.00
		サラダ油	0.50	にんじん	10.00	にんじん	10.00		
		塩	1.10	たまねぎ	25.00	ながねぎ	15.00	【果物(いちご1個)】	
		こしょう	0.02	ほうれんそう	15.00	さといも	15.00	いちご	25.00
		けずり節	4.00	塩	1.20	だいこん	15.00		
		水	140.00	こしょう	0.03	こんにゃく色紙	8.00	【牛乳】	
				しょうゆ	1.20	サラダ油	0.80	★牛乳	206.00
		【牛乳】		でんぷん	1.00	塩	0.50		
		★牛乳	206.00	けずり節	4.00	しょうゆ	5.00		
				水	110.00	けずり節	4.00		
						水	105.00		
				【果物(紅マドンナ)】					
				紅マドンナ	50.00	【牛乳】			
						★牛乳	206.00		
				【牛乳】					
				★牛乳	206.00				

[詳 細 献 立 表]

詳細献立表の記号について
★･･･特定原材料9目(小麦. 乳. 卵. えび. かに. ピーナッツ. そば. くるみ,カシューナッツ)を含む食品です。

2026年12月 1日 ～ 2026年12月25日

センター元横山　2026-11-12 印刷

12月15日(火)		12月16日(水)		12月17日(木)		12月18日(金)		12月21日(月)	
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
【ｽﾊﾟｹﾞﾃｨﾐｰﾄｿｰｽ】		【ごはん】		【国産小麦パン】		【ごはん】		【中華丼】	
★スパゲティ	93.00	米	91.00	★国産小麦パン70g	70.00	米	91.00	米	95.00
ゆで塩	0.00	水	0.00			水	0.00	水	0.00
オリーブ油	3.50			【さつまいもクリーム】				豚ももこま肉	20.00
ベーコン千切り	5.00	【ししゃもの磯辺天ぷら】		さつまいも	30.00	【鶏肉の唐揚げ】		酒	0.30
塩	0.20	ししゃも	40.00	★バター	1.11	鶏もも皮なし切身70g	70.00	しょうゆ	0.70
牛もも挽肉	35.00	青のり	0.20	★生クリーム	5.33	根しょうが	1.50	★むきえび	40.00
豚かた挽肉	20.00	★殺菌液卵	7.00	さとう	3.00	にんにく	0.50	干しほたて貝柱	1.00
赤ワイン	2.60	水	6.00			酒	1.50	にんじん	20.00
たまねぎ	110.00	★小麦粉	7.00	【ホワイトシチュー】		しょうゆ	4.00	はくさい	60.00
にんじん	30.00	揚油	4.00	鶏もも皮なしこま肉	20.00	でんぷん	7.00	たけのこレトルトパウチ	20.00
セロリー	1.50			ベーコン短冊	10.00	揚油	4.00	チンゲンツァイ	10.00
にんにく	0.50	【れんこんのきんぴら】		干しほたて貝柱	1.00			干ししいたけ(スライス)	1.00
油	1.50	れんこん	25.00	じゃがいも	40.00	【野菜の彩り和え】		にんにく	0.40
ホールトマト	15.00	にんじん	15.00	にんじん	25.00	こまつな	10.00	根しょうが	0.60
トマトケチャップ	14.00	糸こんにゃく	20.00	たまねぎ	40.00	もやし	35.00	★うずらの卵	25.00
トマトピューレ	30.00	牛肩こま肉	15.00	キャベツ	40.00	にんじん	10.00	油	2.60
ウスターソース	4.50	油	0.50	(冷)むき枝豆	5.00	えのきたけ	8.00	しょうゆ	2.60
中濃ソース	1.00	さとう	1.00	マッシュルーム	10.00	油揚げ	7.00	塩	1.00
塩	0.60	しょうゆ	3.00	しめじ	10.00	かつおぶし粉	0.30	こしょう	0.02
こしょう	0.03	酒	1.00	サラダ油	1.50	水(だし汁)	2.70	ごま油	0.30
★ナチュラルチーズ	3.00	白いりごま	1.00	★小麦粉	7.50	みりん	2.00	でんぷん	4.00
		ごま油	0.50	★バター	4.00	さとう	0.50	水	40.00
【わかめサラダ】		一味唐辛子	0.01	サラダ油	3.50	しょうゆ	2.70		
カットわかめ	1.00			塩	1.80			【わかめとツナのサラダ】	
だいこん	45.00	【里芋のみそ汁】		こしょう	0.02	【八王汁】		きゅうり	15.00
にんじん	10.00	カットわかめ	0.60	水	25.00	豚バラこま肉	10.00	にんじん	6.00
(冷)むき枝豆	5.00	さといも	25.00	★調理用牛乳	80.00	だいこん	20.00	だいこん	38.00
(冷)ホールコーン	5.00	だいこん	20.00	★生クリーム	2.00	さつまいも	10.00	ツナ	10.00
酢	1.50	にんじん	5.00			にんじん	10.00	カットわかめ	0.50
しょうゆ	2.00	豆腐(絹ごし)	10.00	【野菜サラダ】		はくさい	10.00	しょうゆ	2.13
さとう	1.30	油揚げ	5.00	だいこん	40.00	生しいたけ	5.00	さとう	1.11
塩	0.15	ながねぎ	15.00	にんじん	10.00	ながねぎ	10.00	サラダ油	0.85
サラダ油	1.30	赤みそ	5.00	(冷)ホールコーン	5.00	かぶ	10.00	ごま油	0.60
ごま油	0.60	みそ	5.00	さとう	1.50	根しょうが	0.30	酢	1.11
		煮干し	3.00	塩	0.70	塩	0.80	塩	0.11
【桃りんごゼリー】		水	110.00	こしょう	0.02	しょうゆ	3.00	こしょう	0.01
粉寒天	0.40			サラダ油	2.80	けずり節	4.00		
さとう	2.00	【果物(紅マドンナ)】		からし(粉)	0.20	水	130.00	【春雨スープ】	
水	10.00	紅マドンナ	50.00	酢	2.50			豚もも千切肉	10.00
りんごジュース	45.00					【果物(紅マドンナ)】		(冷)ホールコーン	10.00
黄桃缶	50.00	【牛乳】		【りんごジュース】		紅マドンナ	50.00	もやし	30.00
		★牛乳	206.00	りんごジュース	208.00			干ししいたけ(スライス)	0.50
【牛乳】						【牛乳】		たけのこレトルトパウチ	15.00
★牛乳	206.00					★牛乳	206.00	はるさめ	3.00
								塩	1.00
								しょうゆ	1.50
								けずり節	4.00
								水	120.00
								ごま油	0.40
								【牛乳】	
								★牛乳	206.00

[詳 細 献 立 表]

詳細献立表の記号について
★･･･特定原材料9品目(小麦. 乳. 卵. えび. かに. ピーナッツ. そば. くるみ,カシューナッツ)を含む食品です。

2026年12月 1日 ～ 2026年12月25日

センター元横山　2026-11-12 印刷

12月22日(火)		12月23日(水)		12月24日(木)		12月25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】		【ごはん】		【ガーリックライス】		【卵入りそぼろ丼】			
米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	95.00		
水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00		
				オリーブ油	1.10	牛もも挽肉	55.00		
【赤魚のゆずみそ焼き】		【鯖のカレー焼き】		パセリ(乾)	0.06	根しょうが	1.50		
赤魚切身80g	80.00	さば切身70g	70.00	にんにく	1.00	サラダ油	1.00		
酒	2.50	根しょうが	1.00	塩	0.40	たまねぎ	13.00		
鉄板油	0.50	酒	1.00	こしょう	0.02	さとう	2.20		
みそ	5.00	カレー粉	0.30			しょうゆ	4.00		
みりん	2.50	しょうゆ	3.00	【チキンのトマト煮込み】		みりん	1.80		
さとう	2.00	鉄板油	0.00	鶏もも皮なし角切り肉	70.00	(冷)むき枝豆	8.00		
ゆず果汁	0.50			塩	0.20	でんぷん	1.00		
ゆず皮	0.00	【ブロッコリーのごまじょうゆ】		こしょう	0.01	★殺菌液卵	23.00		
水	1.70	ブロッコリー	35.00	赤ワイン	1.00	塩	0.10		
		にんじん	15.00	にんにく	0.20	さとう	0.90		
【切干大根と人参の炒め煮】		(冷)ホールコーン	10.00	根しょうが	0.20	サラダ油	1.00		
切干しだいこん	5.50	ごま油	0.80	サラダ油	2.00				
にんじん	7.00	さとう	0.80	たまねぎ	50.00	【沢煮椀】			
油揚げ	4.00	しょうゆ	2.00	にんじん	20.00	豚バラ千切肉	20.00		
さつま揚げ	7.00	白つきごま	3.00	じゃがいも	40.00	ごぼう	10.00		
(冷)さやいんげん	3.00			パセリ(乾)	0.10	だいこん	20.00		
さとう	1.00	【豆腐のみそ汁】		トマトケチャップ	10.00	にんじん	20.00		
しょうゆ	2.50	カットわかめ	0.60	ホールトマト	20.00	干ししいたけ(スライス)	0.60		
みりん	0.85	油揚げ	6.00	中濃ソース	2.50	しらたき	20.00		
酒	0.60	こまつな	20.00	塩	0.60	塩	0.90		
水(だし汁)	25.00	ながねぎ	15.00	こしょう	0.01	しょうゆ	2.00		
		豆腐(絹ごし)	25.00	水	18.00	こしょう	0.02		
【かぼちゃ根菜汁】		赤みそ	5.50			でんぷん	2.00		
鶏もも皮なしこま肉	15.00	みそ	5.50	【フレンチサラダ】		けずり節	4.00		
にんじん	13.00	煮干し	3.00	キャベツ	45.00	水	135.00		
かぼちゃ	19.00	水	135.00	にんじん	8.00				
れんこん	10.00			(冷)ホールコーン	10.00	【フルーツ白玉】			
ごぼう	10.00	【牛乳】		きゅうり	8.00	フルーツミックス缶	50.00		
油揚げ	7.00	★牛乳	206.00	酢	2.00	冷凍メルト白玉	30.00		
ながねぎ	6.00			オリーブ油	2.50				
油	1.20			さとう	1.30	【牛乳】			
塩	0.65			塩	0.50	★牛乳	206.00		
しょうゆ	1.90			からし(粉)	0.05				
けずり節	4.00								
水	125.00			【桑都カップケーキ(シルクパウダー)】					
				★小麦粉	13.00				
【果物(紅マドンナ)】				ベーキングパウダー	0.35				
紅マドンナ	50.00			さとう	8.00				
				★卵	8.00				
【牛乳】				★バター	4.00				
★牛乳	206.00			★調理用牛乳	5.00				
				桑の葉(粉)	0.20				
				シルクパウダー	0.10				
				ラム酒	0.50				
				ミニマドレーヌカップ	1.00				
				【牛乳】					
				★牛乳	206.00				