

[詳細献立表]

詳細献立表の記号について

★・・・特定原材料8品目(小麦・乳・卵・えび・かに・ピーナッツ・そば・くるみ)を含む食品です。

2026年 2月 1日 ～ 2026年 2月28日

学校給食センター元横山

1/4

| 2月 2日(月) | | 2月 3日(火) | | 2月 4日(水) | | 2月 5日(木) | | 2月 6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 |
| 【コーンピラフ】 | | 【いわしのひつまぶし】 | | 【ご飯】 | | 【はちっこつけ麺】 | | 【中華丼】 | |
| 米 | 80.00 | 米 | 91.00 | 米 | 91.00 | ★むし中華めん | 155.00 | 米 | 91.00 |
| 水 | 0.00 | 水 | 0.00 | 水 | 0.00 | 油 | 2.00 | 水 | 0.00 |
| 鶏むねこま肉 | 10.00 | いわしフィーレ | 60.00 | | | 豚かた千切り肉 | 20.00 | 豚かたこま肉 | 15.00 |
| たまねぎ | 20.00 | 根しょうが | 1.00 | 【豆腐ハンバーグ】 | | たけのこレトルトパウチ | 8.00 | 酒 | 0.30 |
| にんじん | 10.00 | 酒 | 1.00 | 1/2絞り豆腐 | 40.00 | 根しょうが | 0.40 | しょうゆ | 0.70 |
| (冷) ホールコーン | 20.00 | しょうゆ | 1.00 | 豚もも挽肉 | 30.00 | ごま油 | 0.60 | いか | 15.00 |
| パセリ(乾) | 0.05 | でんぷん | 9.00 | たまねぎ | 35.00 | しょうゆ | 0.60 | にんじん | 20.00 |
| 油 | 0.80 | 揚げ油 | 4.50 | 油 | 0.50 | さとう | 0.20 | はくさい | 70.00 |
| 塩 | 1.00 | しょうゆ | 5.00 | ★殺菌液卵 | 6.00 | 酒 | 0.50 | たけのこ(水煮) | 20.00 |
| こしょう | 0.02 | さとう | 4.00 | ★パン粉 | 6.00 | なると | 8.00 | 干しいたけ | 1.00 |
| | | みりん | 5.00 | ★調理用牛乳 | 6.00 | もやし | 20.00 | にんにく | 0.40 |
| 【白身魚のハーブ焼き】 | | 水 | 5.00 | 塩 | 0.50 | (冷) ホールコーン | 10.00 | 根しょうが | 0.60 |
| ホキ切り身40g | 0.00 | 白いりごま | 1.00 | こしょう | 0.02 | こまつな | 15.00 | ★うずらの卵 | 25.00 |
| ホキ切り身50g | 0.00 | | | 鉄板油 | 0.00 | 塩 | 0.70 | 油 | 2.60 |
| ホキ切り身60g | 0.00 | 【けんちん汁】 | | 中濃ソース | 3.00 | こしょう | 0.02 | しょうゆ | 2.00 |
| ホキ切り身70g | 70.00 | 豆腐(絹ごし) | 20.00 | トマトケチャップ | 4.00 | しょうゆ | 4.00 | 塩 | 0.60 |
| 塩 | 0.40 | 油揚げ | 8.00 | | | 煮干し | 2.00 | こしょう | 0.02 |
| こしょう | 0.02 | ごぼう | 10.00 | 【小松菜ともやしのごま和え】 | | けずり節 | 2.00 | ごま油 | 0.30 |
| 白ワイン | 2.00 | にんじん | 10.00 | こまつな | 30.00 | チンタンスープ | 20.00 | でんぷん | 4.00 |
| セロリー | 0.25 | ながねぎ | 10.00 | もやし | 30.00 | 水 | 105.00 | 水 | 40.00 |
| 乾燥バジル | 0.10 | さといも | 20.00 | にんじん | 5.00 | たまねぎ | 20.00 | | |
| にんにく | 0.30 | だいこん | 15.00 | かまぼこ | 5.00 | | | 【ポップビーンズ】 | |
| パセリ(乾) | 0.10 | こんにゃく | 10.00 | さとう | 3.00 | 【うずらの卵(3個)】 | | 大豆 | 15.00 |
| オリーブ油 | 1.00 | 油 | 0.80 | しょうゆ | 5.00 | ★うずらの卵 | 30.00 | でんぷん | 4.00 |
| | | 塩 | 0.50 | みりん | 3.00 | 水(だし汁) | 10.00 | 揚げ油 | 3.00 |
| 【ポテトカルボナーラ】 | | しょうゆ | 6.00 | 白いりごま | 1.20 | | | 青のり | 0.15 |
| じゃがいも | 60.00 | けずり節 | 3.00 | | | 【のり塩ポテト】 | | 塩 | 0.10 |
| にんじん | 5.00 | 水 | 105.00 | 【豚汁】 | | くし型ポテト | 90.00 | | |
| (冷) むき枝豆 | 5.00 | | | 豚ももこま肉 | 15.00 | 揚げ油 | 4.00 | 【コーンと卵のスープ】 | |
| ベーコン | 4.00 | 【土佐和え】 | | だいこん | 15.00 | 塩 | 0.20 | ★殺菌液卵 | 20.00 |
| にんにく | 0.30 | だいこん | 40.00 | にんじん | 15.00 | 青のり | 0.20 | たまねぎ | 30.00 |
| 油 | 0.30 | きゅうり | 15.00 | ごぼう | 15.00 | | | (冷) ホールコーン | 10.00 |
| ★生クリーム | 4.00 | にんじん | 10.00 | ながねぎ | 15.00 | 【野菜の南蛮漬け】 | | クリームコーン | 30.00 |
| ★調理用牛乳 | 4.00 | 塩 | 0.20 | こんにゃく | 8.00 | きゅうり | 15.00 | 塩 | 1.00 |
| ★粉チーズ | 3.00 | しょうゆ | 0.90 | 豆腐(木綿) | 15.00 | だいこん | 30.00 | こしょう | 0.02 |
| 塩 | 0.25 | 根しょうが | 0.50 | 油揚げ | 6.00 | にんじん | 10.00 | けずり節 | 3.00 |
| 黒こしょう | 0.02 | レモン果汁 | 0.60 | 油 | 1.00 | ごま油 | 0.50 | 水 | 110.00 |
| | | かつおぶし粉 | 0.30 | みそ | 12.00 | しょうゆ | 2.00 | でんぷん | 0.50 |
| 【ミネストローネ・ミラネーゼ】 | | | | 煮干し | 2.00 | さとう | 0.50 | | |
| 米 | 3.00 | 【大豆黒糖】 | | 水 | 105.00 | 塩 | 0.06 | 【牛乳】 | |
| ベーコン | 10.00 | 炒り大豆 | 8.00 | | | 酢 | 0.60 | ★牛乳 | 206.00 |
| 油 | 0.40 | 黒砂糖 | 2.20 | 【牛乳】 | | 一味唐辛子 | 0.01 | | |
| たまねぎ | 35.00 | 水 | 1.00 | ★牛乳 | 206.00 | | | | |
| にんじん | 15.00 | | | | | 【牛乳】 | | | |
| キャベツ | 30.00 | 【牛乳】 | | | | ★牛乳 | 206.00 | | |
| セロリー | 1.00 | ★牛乳 | 206.00 | | | | | | |
| うずら豆 | 4.00 | | | | | | | | |
| 塩 | 1.00 | | | | | | | | |
| こしょう | 0.02 | | | | | | | | |
| けずり節 | 3.00 | | | | | | | | |
| 水 | 120.00 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 【果物】 | | | | | | | | | |
| 清見オレンジ | 12.50 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 【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8品目(小麦、乳、卵、えび、かに、ピーナッツ、そば、くるみ)を含む食品です。

2026年 2月 1日 ～ 2026年 2月28日

学校給食センター元横山

2/4

| 2月 9日(月) | | 2月10日(火) | | 2月12日(木) | | 2月13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 | |
| 【ご飯】 | | | 【ご飯】 | | 【チリビーンズサンド】 | | 【ガーリックライス】 | | |
| 米 | 91.00 | | 米 | 91.00 | ★コッペパン40g | 0.00 | 米 | 85.00 | |
| 水 | 0.00 | | 水 | 0.00 | ★コッペパン50g | 0.00 | 水 | 0.00 | |
| 【赤魚の薬味焼き】 | | | 【わかさぎの南蛮漬け】 | | ★コッペパン60g | 0.00 | オリーブ油 | 1.00 | |
| 赤魚切身50g | 0.00 | | わかさぎ | 45.00 | ★コッペパン70g | 70.00 | パセリ(乾) | 0.06 | |
| 赤魚切身60g | 0.00 | | でんぷん | 6.00 | 金時豆 | 9.00 | たまねぎ | 5.00 | |
| 赤魚切身70g | 0.00 | | 揚げ油 | 4.50 | 豚もも挽肉 | 30.00 | にんにく | 0.50 | |
| 赤魚切身80g | 80.00 | | しょうゆ | 3.00 | たまねぎ | 30.00 | 塩 | 0.40 | |
| 塩 | 0.30 | | 酢 | 1.50 | にんじん | 10.00 | こしょう | 0.02 | |
| ごま油 | 0.50 | | さとう | 1.50 | ピーマン | 4.00 | 【チキンのトマト煮込み】 | | |
| しょうゆ | 2.00 | | みりん | 1.50 | にんにく | 0.15 | 鶏もも角切肉 | 30.00 | |
| にんにく | 0.50 | | 一味唐辛子 | 0.01 | セロリー | 0.65 | 鶏むね角切肉 | 40.00 | |
| 一味唐辛子 | 0.01 | | ながねぎ | 7.00 | 油 | 1.00 | 塩 | 0.20 | |
| ながねぎ | 5.00 | | 【塩肉じゃが】 | | ★薄力粉 | 1.00 | こしょう | 0.01 | |
| 鉄板油 | 1.00 | | じゃがいも | 80.00 | 塩 | 0.40 | 白ワイン | 1.00 | |
| 【青菜のからしあえ】 | | | 豚かたこま肉 | 15.00 | こしょう | 0.01 | にんにく | 0.20 | |
| もやし | 30.00 | | たまねぎ | 30.00 | トマトケチャップ | 6.50 | 根しょうが | 0.20 | |
| こまつな | 15.00 | | にんじん | 15.00 | ウスターソース | 2.00 | 油 | 2.00 | |
| にんじん | 15.00 | | 糸こんにゃく | 20.00 | チリパウダー | 0.20 | たまねぎ | 50.00 | |
| かまぼこ | 7.00 | | (冷) さやえんどう | 3.00 | 【わかめサラダ】 | | にんじん | 20.00 | |
| しょうゆ | 2.00 | | 油 | 1.00 | カットわかめ | 1.00 | じゃがいも | 40.00 | |
| みりん | 1.60 | | さとう | 1.50 | だいこん | 45.00 | バジル(粉) | 0.10 | |
| さとう | 0.10 | | 酒 | 0.50 | にんじん | 10.00 | トマトケチャップ | 10.00 | |
| 塩 | 0.10 | | 塩 | 0.80 | (冷) ホールコーン | 10.00 | ホールトマト | 20.00 | |
| からし(粉) | 0.08 | | 水 | 20.00 | 酢 | 1.50 | 中濃ソース | 2.50 | |
| 白いりごま | 0.50 | | 【えのきと白菜のみそ汁】 | | しょうゆ | 3.00 | 塩 | 0.60 | |
| 【ほうとううどん】 | | | はくさい | 30.00 | さとう | 1.30 | こしょう | 0.10 | |
| ★生うどん | 15.00 | | えのきたけ | 20.00 | 塩 | 0.20 | 水 | 18.00 | |
| 豚ももこま肉 | 10.00 | | カットわかめ | 0.60 | 油 | 1.30 | 【フレンチサラダ】 | | |
| かぼちゃ | 20.00 | | 油揚げ | 6.00 | ごま油 | 0.60 | キャベツ | 40.00 | |
| にんじん | 10.00 | | 豆腐(絹ごし) | 25.00 | 【ポトフ】 | | にんじん | 10.00 | |
| だいこん | 15.00 | | 赤みそ | 5.00 | 鶏ももこま肉 | 20.00 | きゅうり | 10.00 | |
| はくさい | 15.00 | | みそ | 5.00 | ウインナー | 15.00 | (冷) ホールコーン | 10.00 | |
| ながねぎ | 10.00 | | 煮干し | 3.00 | 油 | 0.90 | 酢 | 2.00 | |
| 干ししいたけ | 0.50 | | 水 | 120.00 | じゃがいも | 45.00 | オリーブ油 | 2.50 | |
| 油揚げ | 6.00 | | 【牛乳】 | | にんじん | 18.00 | さとう | 1.30 | |
| 赤みそ | 6.00 | | ★牛乳 | 206.00 | たまねぎ | 36.00 | 塩 | 0.50 | |
| みそ | 6.00 | | | | キャベツ | 54.00 | からし(粉) | 0.05 | |
| 煮干し | 3.00 | | | | 根しょうが | 0.54 | 【はち米っココアカップケーキ】 | | |
| 水 | 125.00 | | | | にんにく | 0.45 | ★薄力粉 | 10.00 | |
| 【果物】 | | | | | 塩 | 0.90 | 米粉 | 3.00 | |
| 清見オレンジ | 50.00 | | | | こしょう | 0.02 | 米粉 | 3.00 | |
| 【牛乳】 | | | | | 水 | 40.00 | ピュアココア | 0.80 | |
| ★牛乳 | 206.00 | | | | けずり節 | 2.00 | ベーキングパウダー | 0.50 | |
| | | | | | しょうゆ | 1.35 | さとう | 8.00 | |
| | | | | | 【牛乳】 | | ★殺菌液卵 | 6.00 | |
| | | | | | ★牛乳 | 206.00 | ★バター | 3.00 | |
| | | | | | | | ★調理用牛乳 | 6.00 | |
| | | | | | | | チョコチップ | 1.50 | |
| | | | | | | | ミニマドレーヌカップ | 1.00 | |
| | | | | | | | 【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8品目(小麦、乳、卵、えび、かに、ピーナッツ、そば、くるみ)を含む食品です。

2026年 2月 1日 ～ 2026年 2月28日

学校給食センター元横山

3/4

| 2月16日(月) | | 2月17日(火) | | 2月18日(水) | | 2月19日(木) | | 2月20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 |
| 【かてめし】 | | 【ご飯】 | | 【ソフトフランスパン】 | | 【ファンモン★エッグカレー】 | | 【はち大根おろしスパゲティ】 | |
| 米 | 86.00 | 米 | 91.00 | ★ソフトフランスパン40g | 0.00 | 米 | 95.00 | ★スパゲティ | 90.00 |
| 水 | 0.00 | 水 | 0.00 | ★ソフトフランスパン50g | 0.00 | 水 | 0.00 | しょうゆ | 2.00 |
| 鶏ももこま肉 | 13.00 | | | ★ソフトフランスパン60g | 0.00 | 鶏ももこま肉 | 25.00 | ゆで塩 | 0.00 |
| にんじん | 13.00 | 【ヤンニョムチキン】 | | ★ソフトフランスパン70g | 70.00 | じゃがいも | 40.00 | オリーブ油 | 2.00 |
| ごぼう | 13.00 | 鶏もも切身40g | 0.00 | | | たまねぎ | 75.00 | ★バター | 1.00 |
| れんこん | 10.00 | 鶏もも切身50g | 0.00 | 【手作りんごジャム】 | | にんじん | 20.00 | だいこん | 110.00 |
| 干しいたけ | 0.80 | 鶏もも切身60g | 0.00 | りんご | 35.00 | にんにく | 0.20 | ツナ | 45.00 |
| 糸こんにゃく | 5.00 | 鶏もも切身70g | 70.00 | レモン果汁 | 0.50 | 根しょうが | 0.80 | えのきたけ | 5.00 |
| 白焼きちくわ | 5.00 | 根しょうが | 0.40 | さとう | 6.50 | 油 | 1.70 | 酢 | 4.00 |
| 油揚げ | 6.00 | 酒 | 1.50 | 水 | 3.00 | ★薄力粉 | 7.20 | さとう | 2.00 |
| さとう | 3.00 | ★薄力粉 | 3.50 | | | ★バター | 3.60 | 塩 | 1.20 |
| しょうゆ | 6.00 | でんぷん | 3.50 | 【クリームシチュー】 | | 油 | 4.00 | しょうゆ | 5.00 |
| 酒 | 1.30 | 揚げ油 | 3.00 | 鶏ももこま肉 | 20.00 | カレー粉 | 0.20 | 万能ねぎ | 3.00 |
| 油 | 1.00 | トマトケチャップ | 4.50 | ベーコン | 10.00 | トマトケチャップ | 4.50 | 刻みのり | 0.30 |
| 白いりごま | 1.00 | はちみつ | 3.00 | じゃがいも | 35.00 | ウスターソース | 1.00 | | |
| | | トウバンジャン | 0.15 | にんじん | 20.00 | 中濃ソース | 1.70 | 【野菜とじゃこのサラダ】 | |
| 【桑都焼き】 | | にんにく | 0.50 | たまねぎ | 40.00 | 塩 | 1.65 | キャベツ | 30.00 |
| さごち切身40g | 0.00 | みりん | 2.00 | はくさい | 40.00 | こしょう | 0.02 | にんじん | 10.00 |
| さごち切身50g | 0.00 | しょうゆ | 2.50 | しめじ | 10.00 | カレー粉 | 0.80 | きゅうり | 10.00 |
| さごち切身60g | 0.00 | さとう | 1.50 | 油 | 1.50 | しょうゆ | 1.40 | (冷) ホールコーン | 10.00 |
| さごち切身70g | 70.00 | でんぷん | 0.20 | ★薄力粉 | 5.25 | 水 | 82.00 | ちりめんじゃこ | 4.00 |
| ★マヨネーズ | 5.00 | 水 | 0.30 | ★バター | 2.80 | ★うずらの卵 | 20.00 | 油 | 1.00 |
| みそ | 3.00 | | | 油 | 2.50 | | | 塩 | 0.10 |
| 桑の葉粉 | 0.14 | 【3色ナムル】 | | 塩 | 1.40 | 【ベイビーズ太陽サラダ】 | | しょうゆ | 1.50 |
| 酒 | 0.70 | こまつな | 15.00 | こしょう | 0.02 | キャベツ | 46.00 | 酢 | 1.00 |
| 塩 | 0.30 | もやし | 40.00 | 水 | 25.00 | (冷) ホールコーン | 13.00 | さとう | 0.50 |
| | | にんじん | 15.00 | ★調理用牛乳 | 80.00 | ブロッコリー | 7.00 | | |
| | | さとう | 0.22 | ★生クリーム | 2.00 | 酢 | 2.00 | 【フルーツポンチ】 | |
| 【野菜のピリリ漬け】 | | 塩 | 0.40 | | | 油 | 2.00 | フルーツミックス缶 | 50.00 |
| キャベツ | 15.00 | にんにく | 0.15 | 【大根のフレンチサラダ】 | | さとう | 0.65 | オレンジジュース | 25.00 |
| だいこん | 30.00 | ごま油 | 1.00 | だいこん | 30.00 | 塩 | 0.65 | | |
| にんじん | 10.00 | 白いりごま | 1.00 | きゅうり | 25.00 | こしょう | 0.01 | 【牛乳】 | |
| しょうゆ | 0.80 | | | にんじん | 15.00 | にんじん | 5.20 | ★牛乳 | 206.00 |
| さとう | 0.40 | 【くずきりスープ】 | | (冷) ホールコーン | 5.00 | たまねぎ | 1.30 | | |
| 塩 | 0.30 | 豚ももこま肉 | 8.00 | オリーブ油 | 3.00 | | | | |
| 一味唐辛子 | 0.01 | にんじん | 15.00 | 酢 | 2.40 | 【桑の都クラフティ】 | | | |
| 酢 | 0.40 | はくさい | 30.00 | さとう | 1.10 | ★殺菌液卵 | 8.00 | | |
| ごま油 | 0.20 | ながねぎ | 15.00 | 塩 | 0.40 | ★調理用牛乳 | 13.00 | | |
| 白いりごま | 0.40 | くずきり | 9.00 | こしょう | 0.06 | さとう | 4.00 | | |
| | | 干しいたけ | 0.50 | | | ★生クリーム | 10.00 | | |
| 【絹のお吸い物】 | | 塩 | 1.00 | 【牛乳】 | | コーンスターチ | 1.00 | | |
| ながねぎ | 10.00 | しょうゆ | 2.00 | ★牛乳 | 206.00 | 桑の葉粉 | 0.20 | | |
| えのきたけ | 10.00 | けずり節 | 3.00 | | | 黄桃缶 | 40.00 | | |
| にんじん | 10.00 | 水 | 130.00 | | | | | | |
| 豆腐(絹ごし) | 20.00 | | | | | | | | |
| ★そうめん | 2.00 | 【果物】 | | | | 【牛乳】 | | | |
| 冷凍白玉団子(うるち米入り) | 30.00 | いよかん | 50.00 | | | ★牛乳 | 206.00 | | |
| カットわかめ | 0.30 | | | | | | | | |
| しょうゆ | 1.50 | 【牛乳】 | | | | | | | |
| 塩 | 0.80 | ★牛乳 | 206.00 | | | | | | |
| けずり節 | 3.00 | | | | | | | | |
| 水 | 120.00 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 【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8品目(小麦、乳、卵、えび、かに、ピーナッツ、そば、くるみ)を含む食品です。

2026年 2月 1日 ~ 2026年 2月28日

学校給食センター一元横山

4/4

| 2月24日(火) | | 2月25日(水) | | 2月26日(木) | | 2月27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 |
| 【ご飯】 | | 【ご飯】 | | 【焼き鶏丼】 | | 【菜飯】 | | | |
| 米 | 91.00 | 米 | 91.00 | 米 | 91.00 | 米 | 91.00 | | |
| 水 | 0.00 | 水 | 0.00 | 水 | 0.00 | 水 | 0.00 | | |
| | | | | 鶏もも角切肉 | 30.00 | 八王子産大根ご飯の素 | 0.50 | | |
| 【マーボー豆腐】 | | 【さばのごま風味焼き】 | | 鶏むね角切肉 | 40.00 | 国産菜飯の素 | 2.00 | | |
| 豆腐（木綿） | 90.00 | さば切身40g | 0.00 | しょうゆ | 1.20 | | | | |
| 豚もも挽肉 | 30.00 | さば切身50g | 0.00 | 酒 | 1.30 | 【厚焼き卵】 | | | |
| ながねぎ | 20.00 | さば切身60g | 0.00 | 根しょうが | 0.70 | ★殺菌液卵 | 60.00 | | |
| たまねぎ | 10.00 | さば切身70g | 70.00 | 鉄板油 | 0.00 | 鶏むね挽肉 | 8.00 | | |
| にんじん | 27.00 | 根しょうが | 1.00 | ながねぎ | 50.00 | たまねぎ | 30.00 | | |
| にら | 4.00 | 酒 | 1.00 | しょうゆ | 5.00 | にんじん | 10.00 | | |
| 根しょうが | 1.50 | さとう | 0.80 | さとう | 2.50 | 干ししいたけ | 0.30 | | |
| にんにく | 0.30 | しょうゆ | 3.30 | みりん | 6.00 | 油 | 0.50 | | |
| 干ししいたけ | 0.50 | みりん | 1.00 | 水 | 6.00 | さとう | 1.10 | | |
| 油 | 1.00 | 白すりごま | 0.50 | でんぶん | 0.50 | しょうゆ | 1.10 | | |
| さとう | 2.20 | 鉄板油 | 0.00 | きざみのり | 0.30 | 塩 | 0.40 | | |
| しょうゆ | 6.00 | | | | | 水（だし汁） | 5.00 | | |
| 赤みそ | 6.60 | 【東京うどんの炒め煮】 | | 【野菜の彩り和え】 | | 鉄板油 | 1.00 | | |
| 水 | 22.00 | にんじん | 10.00 | こまつな | 15.00 | | | | |
| でんぶん | 2.20 | うどん | 15.00 | もやし | 30.00 | 【ごま和え】 | | | |
| ごま油 | 0.50 | 糸こんにゃく | 15.00 | にんじん | 10.00 | こまつな | 20.00 | | |
| トウバンジャン | 0.25 | さつま揚げ | 15.00 | しめじ | 8.00 | もやし | 35.00 | | |
| | | （冷）むき枝豆 | 5.00 | 油揚げ | 6.00 | にんじん | 10.00 | | |
| 【中華サラダ】 | | 油 | 0.80 | かつおぶし粉 | 0.30 | しめじ | 7.00 | | |
| はるさめ | 2.00 | さとう | 0.80 | 水 | 2.70 | 油揚げ | 5.00 | | |
| にんじん | 10.00 | しょうゆ | 2.50 | 塩 | 0.10 | さとう | 1.50 | | |
| キャベツ | 35.00 | 酒 | 1.50 | みりん | 2.00 | しょうゆ | 3.00 | | |
| もやし | 25.00 | 一味唐辛子 | 0.01 | しょうゆ | 2.50 | 白すりごま | 1.50 | | |
| カットわかめ | 0.50 | 白いりごま | 1.30 | さとう | 0.50 | | | | |
| さとう | 0.60 | ごま油 | 0.50 | | | 【八王子産米の粕汁】 | | | |
| しょうゆ | 2.20 | | | 【田舎汁】 | | 豚ももこま肉 | 6.00 | | |
| 酢 | 2.00 | 【チンゲン菜と豆腐のみそ汁】 | | 鶏ももこま肉 | 10.00 | ごぼう | 12.00 | | |
| ごま油 | 0.60 | 鶏むねこま肉 | 10.00 | ごぼう | 10.00 | だいこん | 15.00 | | |
| 白いりごま | 1.00 | チンゲン菜 | 15.00 | だいこん | 15.00 | にんじん | 12.00 | | |
| 塩 | 0.30 | たまねぎ | 20.00 | にんじん | 15.00 | ながねぎ | 12.00 | | |
| こしょう | 0.01 | にんじん | 5.00 | さといも | 20.00 | こんにゃく短冊 | 10.00 | | |
| | | 油揚げ | 7.00 | こんにゃく | 8.00 | 油揚げ | 6.00 | | |
| 【ABCスープ】 | | 豆腐（絹ごし） | 25.00 | 生揚げ | 15.00 | こまつな | 10.00 | | |
| 鶏ももこま肉 | 18.00 | 赤みそ | 5.00 | ながねぎ | 10.00 | みそ | 8.00 | | |
| にんじん | 10.00 | みそ | 6.00 | 油 | 0.60 | しょうゆ | 0.60 | | |
| たけのこ（水煮） | 9.00 | 煮干し | 3.00 | みそ | 5.00 | 塩 | 0.30 | | |
| ★アルファベットマカロニ | 4.00 | 水 | 125.00 | 赤みそ | 6.00 | 酒かす | 3.50 | | |
| たまねぎ | 18.00 | | | けずり節 | 3.00 | けずり節 | 3.00 | | |
| こまつな | 9.00 | 【牛乳】 | | 水 | 110.00 | 水 | 120.00 | | |
| 塩 | 0.70 | ★牛乳 | 206.00 | | | | | | |
| しょうゆ | 0.50 | | | 【果物】 | | 【じゃことわかめの炒め煮】 | | | |
| こしょう | 0.02 | | | いよかん | 50.00 | ちりめんじゃこ | 2.00 | | |
| けずり節 | 3.00 | | | | | カットわかめ | 1.00 | | |
| 水 | 125.00 | | | 【牛乳】 | | にんにく | 0.10 | | |
| | | | | ★牛乳 | 206.00 | ごま油 | 1.00 | | |
| 【牛乳】 | | | | | | みりん | 0.50 | | |
| ★牛乳 | 206.00 | | | | | しょうゆ | 0.80 | | |
| | | | | | | 白いりごま | 1.00 | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | 【牛乳】 | | | |
| | | | | | | ★牛乳 | 206.00 | | |