

[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。

2025年 7月 1日 ~ 2025年 7月24日

センター元横山

2/4

7月 8日(火)		7月 9日(水)		7月10日(木)		7月11日(金)		7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
【夏野菜のカレーライス】		【ごはん】		【国産小麦パン】		【スパゲティミートソース】		【ご飯】	
米	91.00	米	91.00	★国産小麦パン70g	70.00	★スパゲティ	93.00	米	91.00
水	0.00	水	0.00			オリーブ油	3.50	水	0.00
豚かた角切り肉	20.00			【手作りりんごジャム】					
じゃがいも	30.00	【マーボー豆腐】		りんご(缶詰)	10.00	豚かた挽肉	55.00	【厚焼き卵】	
たまねぎ	50.00	豆腐(絹ごし)	110.00	りんご	20.00	赤ワイン	2.60	★卵	60.00
にんじん	20.00	豚もも挽肉	35.00	レモン(果汁、生)	0.50	たまねぎ	110.00	鶏もも挽肉	10.00
かぼちゃ	25.00	ながねぎ	20.00	さとう	6.00	にんじん	30.00	たまねぎ	20.00
なす	15.00	たまねぎ	20.00	水	3.00	セロリー	1.50	にんじん	10.00
油	1.00	にんじん	30.00			にんにく	0.50	干しいたけ(スライス)	0.30
にんにく	0.20	にら	4.50	【白身魚のハーブ焼き】		油	1.50	油	0.50
根しょうが	0.70	根しょうが	1.70	メルルーサ切身70g	70.00	ホールトマト	15.00	さとう	1.10
油	1.30	にんにく	0.50	塩	0.25	トマトケチャップ	14.00	しょうゆ	1.10
★薄力粉	7.20	干しいたけ(スライス)	0.50	こしょう	0.01	トマトピューレ	30.00	塩	0.50
★バター	3.60	油	1.00	白ワイン	2.00	ウスターソース	4.50	水(だし汁)	5.00
油	3.60	さとう	1.60	セロリー	0.25	塩	0.60	油	1.00
カレー粉	0.30	しょうゆ	6.00	バジル(粉)	0.10	こしょう	0.03		
トマトケチャップ	4.50	赤みそ	7.50	にんにく	0.30	★シュレッドチーズ	3.00	【けんちん汁】	
ウスターソース	2.70	水	24.00	パセリ(乾)	0.10			豆腐(絹ごし)	25.00
中濃ソース	1.00	でんぷん	2.40	油	1.00	【大根わかめサラダ】		ごぼう	15.00
塩	1.30	ごま油	0.60			カットわかめ	1.00	にんじん	10.00
こしょう	0.02	トウバンジャン	0.15	【ペンネのペペロンチーノ】		だいこん	45.00	ながねぎ	15.00
カレー粉	0.70			★ペンネ	30.00	にんじん	10.00	じゃがいも	15.00
しょうゆ	1.40	【3色ナムル】		キャベツ	10.00	(冷)むき枝豆	4.00	だいこん	15.00
水	75.00	こまつな	15.00	にんにく	0.70	(冷)ホールコーン	5.00	こんにゃく	10.00
		もやし	35.00	オリーブ油	3.00	酢	1.50	カットわかめ	0.30
【フレンチサラダ】		にんじん	15.00	塩	0.60	しょうゆ	2.60	油	0.80
キャベツ	40.00	さとう	0.22	たかのつめ	0.02	さとう	1.30	塩	0.50
にんじん	10.00	塩	0.40			塩	0.20	しょうゆ	6.00
(冷)ホールコーン	10.00	にんにく	0.15	【ミネストローネ】		油	1.30	けずり節	3.00
ズッキーニ	10.00	ごま油	1.00	ベーコン	6.00	ごま油	0.60	水	100.00
酢	2.00	白いりごま	0.80	油	0.40				
オリーブ油	2.50			じゃがいも	20.00	【フルーツゼリー】		【小松菜とじゃこのごま和え】	
さとう	1.30	【茹でとうもろこし】		たまねぎ	30.00	粉寒天	0.50	こまつな	20.00
塩	0.50	とうもろこし	50.00	にんじん	15.00	さとう	6.00	もやし	35.00
からし(粉)	0.05	塩	0.20	キャベツ	25.00	水	20.00	にんじん	10.00
				ホールトマト	30.00	調理用オレンジジュース	45.00	油揚げ	5.00
【りんごヨーグルト】		【牛乳】		セロリー	1.00	フルーツミックス缶	25.00	ちりめんじゃこ	1.50
りんご(缶詰)	40.00	★牛乳	206.00	塩	1.00			白いりごま	1.20
★ヨーグルト	40.00			こしょう	0.03	【牛乳】		しょうゆ	4.00
				けずり節	3.00	★牛乳	206.00	さとう	2.50
【牛乳】				水	100.00			みりん	2.50
★牛乳	206.00								
				【牛乳】				【果物(冷凍みかん)】	
				★牛乳	206.00			(冷)みかん	50.00
								【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。

2025年 7月 1日 ~ 2025年 7月24日

センター元横山

3/4

7月15日(火)		7月16日(水)		7月17日(木)		7月18日(金)		7月22日(火)	
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】		【小樽あんかけやきそば】		【ガーリックコーンライス】		【ごはん】		【ごはん】	
米	85.00	★中華めん	150.00	米	88.00	米	91.00	米	91.00
鶏ももこま肉	20.00	しょうゆ	0.30	水	0.00	水	0.00	水	0.00
にんじん	10.00	水（だし汁）	0.00	たまねぎ	5.00				
れんこん	5.00	油	3.00	にんにく	0.50	【にぎすの唐揚げ】		【はち大根と豚の角煮】	
干しいたけ(スライス)	1.30	★むきえび	15.00	ピーマン	1.50	にぎす	40.00	豚かた角切り肉	60.00
白焼きちくわ	6.00	豚ももこま肉	15.00	(冷) ホールコーン	5.00	にんにく	0.10	根しょうが	1.30
油揚げ	5.00	根しょうが	0.30	塩	0.70	根しょうが	0.40	だいこん	90.00
さとう	2.60	にんにく	0.20	黒こしょう	0.02	酒	1.00	水	15.00
しょうゆ	7.80	にんじん	25.00	オリーブ油	2.00	しょうゆ	1.00	酒	3.00
酒	1.30	たまねぎ	30.00			ごま油	0.20	さとう	1.60
油	1.30	はくさい	30.00	【八王子産はちみつマスタードチキン】		でんぷん	4.00	しょうゆ	8.00
白いりごま	1.30	チンゲン菜	5.00	鶏もも皮なし切身70g	70.00	油	4.00	みりん	3.50
		きくらげ	0.80	塩	0.20			でんぷん	2.00
【焼き魚】		油	1.10	こしょう	0.02	【ビーフン炒め】		チンゲン菜	40.00
甘塩鮭切身70g	70.00	しょうゆ	5.00	酒	1.00	ビーフン	9.00		
油	0.00	酒	1.50	でんぷん	7.00	豚もも干切肉	10.00	【わかたまスープ】	
		塩	0.80	油	4.00	にんじん	10.00	鶏むねこま肉	10.00
【お新香】		こしょう	0.02	練りマスタード	3.00	たけのこ水煮	15.00	★卵	20.00
キャベツ	40.00	ごま油	0.50	八王子産はちみつ	2.00	たまねぎ	20.00	カットわかめ	1.00
きゅうり	20.00	水	10.00	★マヨネーズ	7.00	干しいたけ(スライス)	0.60	たまねぎ	25.00
根しょうが	1.30	でんぷん	2.50	酢	1.50	ピーマン	5.00	豆腐（絹ごし）	25.00
塩	0.39	★うずらの卵	12.00	水	2.50	きくらげ	0.30	塩	1.00
						根しょうが	0.30	こしょう	0.02
【すいとん】		【フレンチポテト】		【コロコロサラダ】		油	1.00	しょうゆ	2.00
だいこん	30.00	くし型ポテト	75.00	だいこん	25.00	塩	0.40	でんぷん	1.20
にんじん	20.00	油	3.00	きゅうり	20.00	こしょう	0.03	けずり節	3.00
ながねぎ	10.00	塩	0.30	にんじん	10.00	しょうゆ	1.40	水	120.00
こまつな	6.00			酢	2.00	ごま油	0.50		
★小麦粉	9.00	【小松菜と豆腐のスープ】		油	2.50			【果物(小玉すいか)】	
白玉粉	9.00	鶏むねこま肉	10.00	さとう	0.90	【みそ汁】		小玉すいか	70.00
水	5.00	もやし	15.00	塩	0.50	カットわかめ	0.50		
塩	0.39	こまつな	20.00	粉からし	0.05	じゃがいも	25.00	【牛乳】	
しょうゆ	3.25	えのきたけ	10.00			たまねぎ	20.00	★牛乳	206.00
だしこんぶ	0.40	豆腐（絹ごし）	25.00	【ABCスープ】		絹ごし豆腐	25.00		
けずり節	3.00	ながねぎ	10.00	★アルファベットマカロニ	4.00	油揚げ	6.00		
水	135.00	塩	0.90	鶏むねこま肉	10.00	赤みそ	6.50		
		こしょう	0.02	油	0.40	みそ	6.00		
【牛乳】		しょうゆ	1.50	たまねぎ	30.00	煮干し	2.00		
★牛乳	206.00	けずり節	3.00	にんじん	15.00	水	125.00		
		水	120.00	キャベツ	30.00				
		白いりごま	0.50	ホールトマト	30.00	【枝豆】			
				トマト	10.00	えだまめ	15.00		
		【牛乳】		セロリー	1.00	塩	0.10		
		★牛乳	206.00	塩	1.00				
				こしょう	0.03	【牛乳】			
				けずり節	3.00	★牛乳	206.00		
				水	100.00				
				【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。

2025年 7月 1日 ~ 2025年 7月24日

センター元横山

4/4

[illegible]