

※特定原材料8品目のうち、小麦、卵、乳、えびの対象者がいるため、小麦、乳、卵、えびを除去した除去食を提供いたします。
(なお、かに、そば、落花生、くるみについては給食では提供がありませんのでご承知おきください。)
※食材の入荷状況により変更することがあります。ご了承ください。

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ)

センター櫓原1 2025-11-10 印刷

2025-11-10 印刷

12月 1日(月)		12月 2日(火)		12月 3日(水)		12月 4日(木)		12月 5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
【★カレーライス（塩とルウ調整）】			【★ごはん（91）】			【★はちっこつけ麺（麺155g）】			【●わかめご飯】		
米	95.00		米	91.00		★むし中華めん	155.00		米	91.00	
水	0.00		水	0.00		豚ももこま肉	15.00		水	0.00	
豚ももこま肉	12.00					たけのこレトルトパウチ	8.00		国産わかめご飯の素	2.00	
豚かたこま肉	12.00		【●ぶりの照り焼き】			根しょうが		0.40			
じゃがいも	60.00		ぶり切身60g	60.00		ごま油	0.60		【鰯のごま風味焼き】		
たまねぎ	75.00		酒	1.50		しょうゆ	0.60		さわら切身70g	70.00	
にんじん	20.00		塩	0.20		さとう	0.20		根しょうが	1.00	
にんにく	0.20		みりん	1.50		酒	0.50		酒	1.00	
根しょうが	0.80		さとう	1.00		なると	8.00		さとう	0.80	
サラダ油	1.70		しょうゆ	4.00		もやし	20.00		しょうゆ	3.30	
★小麦粉	5.00					キムチ漬け	8.00		みりん	1.00	
★バター	2.60		【ひじきの炒め煮】			八王子産白菜キムチ	15.00		白いりごま	0.50	
サラダ油	2.80		干ひじき(ｽﾎﾟﾝｽﾞ釜、乾)	1.20		根しょうが	0.70		鉄板油	0.00	
カレー粉	0.30		干しいたけ	1.00		たまねぎ	0.02				
トマトケチャップ	4.50		にんじん	10.00		にら	4.00		【★かぼちゃのそぼろ煮（有機）】		
ウスターソース	1.00		油揚げ	6.00		ながねぎ	2.00		かぼちゃ	40.00	
中濃ソース	1.70		白焼きちくわ	6.00		もやし	2.00		水	7.00	
塩	1.20		(冷) さやいんげん	3.00		干しいたけ	20.00		鶏むね挽肉	10.00	
こしょう	0.02		油	1.00		油	105.00		(冷) さやいんげん	2.00	
カレー粉	0.60		さとう	1.80		塩	20.00		しょうゆ	1.20	
しょうゆ	1.40		しょうゆ	3.50		しょうゆ			酒	0.90	
水	82.00		酒	1.00		酒			さとう	0.70	
			水（だし汁）	2.00		こしょう	0.03		水	0.70	
【ブロッコリーのサラダ】						水	10.00		でんぷん	0.40	
(冷) ホールコーン	10.00		【★八王子産根しょうがの豚汁】			でんぷん	2.00				
ブロッコリー	25.00		根しょうが	0.50		ごま油	0.50		【野菜と豆腐のみそ汁】		
キャベツ	20.00		豚かたこま肉	15.00					豆腐（絹ごし）	20.00	
にんじん	10.00		ごぼう	10.00		【ごま大根】			キャベツ	20.00	
酢	2.00		だいこん	25.00		だいこん	40.00		たまねぎ	20.00	
オリーブ油	2.50		にんじん	15.00		きゅうり	9.00		にんじん	8.00	
さとう	0.90		しめじ	5.00		にんじん	6.00		油揚げ	10.00	
塩	0.50		ながねぎ	10.00		ごま油	1.40		赤みそ	6.00	
からし(粉)	0.05		こんにゃく短冊	7.00		酢	0.90		みそ	6.00	
			豆腐（絹ごし）	25.00		しょうゆ	1.20		煮干し	3.00	
【オレンジポンチ】			サラダ油	1.00		塩	0.30		水	120.00	
フルーツミックス缶	35.00		みそ	12.00		さとう	0.30				
みかん缶	15.00		煮干し	2.00		白いりごま	1.20		ごま油	0.36	
オレンジジュース（調理用）	40.00		水	100.00					しょうゆ	1.20	
						みりん	0.60				
【牛乳】			【牛乳】			塩	0.06		【牛乳】		
★牛乳	206.00		★牛乳	206.00		鶏むねこま肉	5.00		★牛乳		206.00
						にんじん	12.00				
						はくさい	35.00		【牛乳】		
						ながねぎ	18.00		★牛乳		206.00
						塩	1.00				
						しょうゆ	2.00				
						けずり節	4.00				
						水	130.00				
						【果物(みかん)】					
						みかん	50.00				
						【牛乳】					
						★牛乳	206.00				

※特定原材料8品目のうち、小麦、卵、乳、えびの対象者がいるため、小麦、乳、卵、えびを除去した除去食を提供いたします。
 (なお、かに、そば、落花生、くるみについては給食では提供がありませんのでご承知おください。)
※食材の入荷状況により変更することがあります。ご了承ください。

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ)

センター檜原1 2025-11-10 印刷

2025-11-10 印刷

12月 8日(月)		12月 9日(火)		12月10日(水)		12月11日(木)		12月12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
【スパゲティミートソース】		【◆ごはん (91)】		【ゆかりごはん】		【国産小麦コッペパン】		【◆ごはん (91)】	
★スパゲティ	93.00	米	91.00	米	91.00	★国産小麦コッペパン70g	70.00	米	91.00
ゆで塩	0.00	水	0.00	水	0.00			水	0.00
オリーブ油	3.50			ゆかり粉	1.00	【手作り苺ジャム】			
ベーコン千切り	5.00	【鯖の生巻焼き】				いちご	30.00	【◆豚すき焼き風煮 (8割)】	
豚もも挽肉	25.00	さば切身60g	60.00	【■ししゃもの磯辺天ぷら】		レモン(果汁、生)	0.25	焼き豆腐	70.00
豚かた挽肉	30.00	根しょうが	1.80	ししゃも	40.00	さとう	10.00	さとう	0.40
白ワイン	2.60	酒	1.20	青のり	0.20			しょうゆ	0.80
たまねぎ	110.00	さとう	1.20	★殺菌液卵	7.00	【◆ポークビーンズ】		水	12.00
にんじん	30.00	しょうゆ	1.20	水	6.00	大豆	18.00	豚ももこま肉	16.00
セロリー	1.50	みりん	1.20	★小麦粉	7.00	豚かた角切り肉	30.00	豚かたこま肉	20.00
にんにく	0.50			揚げ油	4.00	塩	0.10	しらたき	35.00
油	1.50	【ビーフン炒め】				こしょう	0.02	にんじん	15.00
ホールトマト	15.00	ビーフン	9.00	【◆れんこんのきんぴら】		じゃがいも	60.00	はくさい	40.00
トマトケチャップ	14.00	豚もも千切肉	10.00	れんこん	25.00	にんじん	20.00	ながねぎ	15.00
トマトピューレ	30.00	にんじん	10.00	にんじん	15.00	たまねぎ	60.00	サラダ油	0.80
ウスターソース	4.50	たけのこレトルトパウチ	15.00	糸こんにゃく	20.00	(冷) グリンピース	5.00	しょうが	0.40
中濃ソース	1.00	たまねぎ	20.00	さつま揚げ	10.00	サラダ油	1.30	さとう	2.00
塩	0.60	干ししいたけ(スライス)	0.60	油	0.50	トマトケチャップ	12.00	しょうゆ	5.00
こしょう	0.03	ピーマン	5.00	さとう	1.00	トマトピューレ	12.00	塩	0.20
★ナチュラルチーズ	3.00	きくらげ(乾)	0.30	しょうゆ	3.00	さとう	2.60	水	10.00
		根しょうが	0.30	酒	1.00	★小麦粉	4.00		
		しょうゆ	1.40	白いりごま	1.00	サラダ油	2.00	【◆野菜のおかか和え】	
【◆わかめサラダ】		ごま油	0.50	ごま油	0.50	★バター	2.00	こまつな	25.00
カットわかめ	1.00	サラダ油	1.00	一味唐辛子	0.01	ウスターソース	4.00	もやし	30.00
だいこん	45.00	塩	0.40			塩	1.00	にんじん	10.00
にんじん	10.00			【◆里芋のみそ汁 (みそ調整)】		こしょう	0.02	しょうゆ	3.00
(冷) ホールコーン	5.00			カットわかめ	0.60	水	65.00	みりん	1.50
酢	1.50	【●肉じゃが(7割)】						かつおぶし粉	0.80
しょうゆ	3.00	じゃがいも	70.00	さといも	25.00				
さとう	1.30	豚ももこま肉	13.00	豆腐 (絹ごし)	20.00	【◆コールスロー】			
塩	0.20	たまねぎ	40.00	油揚げ	7.00	キャベツ	50.00	【◆呉汁 (豆腐抜き)】	
サラダ油	1.30	にんじん	15.00	ながねぎ	15.00	(冷) ホールコーン	10.00	大豆	5.00
ごま油	0.60	糸こんにゃく	20.00	赤みそ	6.00	にんじん	5.00	にんじん	10.00
		(冷) さやいんげん	3.00	みそ	6.00	酢	2.00	だいこん	20.00
【■ピーチヨーグルト】		油	1.00	煮干し	3.00	サラダ油	1.50	じゃがいも	20.00
黄桃缶	30.00	さとう	1.50	水	130.00	からし(粉)	0.05	ながねぎ	10.00
★調理用ヨーグルト	45.00	しょうゆ	4.50			さとう	1.30	油揚げ	6.00
		塩	0.10	【牛乳】		塩	0.40	みそ	11.00
【牛乳】		水	13.00	★牛乳	206.00			煮干し	3.00
★牛乳	206.00					【牛乳】		水	115.00
		【牛乳】				★牛乳	206.00		
		★牛乳	206.00					【牛乳】	
								★牛乳	206.00

※特定原材料8品目のうち、小麦、卵、乳、えびの対象者がいるため、小麦、乳、卵、えびを除去した除去食を提供いたします。
(なお、かに、そば、落花生、くるみについては給食では提供がありませんのでご承知おきください。)
※食材の入荷状況により変更することがあります。ご了承ください。

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ)

センター檜原1 2025-11-10 印刷

2025-11-10 印刷

12月15日(月)		12月16日(火)		12月17日(水)		12月18日(木)		12月19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	
【ごはん】		【◆中華丼】		【#きびごはん】		【■コッペパン】		【◆ごはん(91)】	
米	91.00	米	95.00	米	88.00	★コッペパン70g	70.00	米	91.00
水	0.00	水	0.00	きび	3.00			水	0.00
		豚ももこま肉	20.00	水	0.00	【■八王子ナポリタン】			
【豆腐ハンバーグ】		酒	0.30			★スパゲティ	27.00	【◆鶏肉の唐揚げ】	
1/2絞り豆腐	40.00	しょうゆ	0.70	【莖わかめのにんにく炒め】		ベーコン千切り	7.00	鶏もも切身70g	70.00
豚もも挽肉	20.00	いか短冊	20.00	くきわかめ	15.00	たまねぎ	20.00	根しょうが	1.50
豚かた挽肉	20.00	にんじん	20.00	にんにく	0.40	ピーマン	6.50	にんにく	0.50
たまねぎ	35.00	はくさい	70.00	ごま油	0.60	にんじん	6.50	酒	1.50
サラダ油	0.50	たけのこレトルパウチ	20.00	しょうゆ	1.00	にんにく	0.10	しょうゆ	4.00
★調理用牛乳	4.00	干しいたけ	1.00	みりん	1.00	油	0.65	でんぶん	7.00
★殺菌液卵	6.00	にんにく	0.40	白いりごま	1.00	トマトケチャップ	10.00	揚げ油	4.00
★パン粉	6.00	根しょうが	0.60			トマトピューレ	4.00		
塩	0.60	★うずらの卵	25.00	【厚焼き卵】		みそ	1.00	【大歳のごっつお】	
こしょう	0.03	油	2.60	★殺菌液卵	60.00	塩	0.20	だいこん	15.00
鉄板油	1.00	しょうゆ	2.60	豚もも挽肉	10.00	こしょう	0.03	さといも	10.00
中濃ソース	3.00	塩	1.00	たまねぎ	30.00	さとう	0.20	油揚げ	3.00
トマトケチャップ	4.00	こしょう	0.02	にんじん	10.00	トマトケチャップ	1.50	にんじん	8.00
		ごま油	0.30	干しいたけ	0.30	たまねぎ	20.00	ごぼう	10.00
【コーンとポテトのサラダ】		でんぶん	4.00	油	0.50	にんにく	0.10	こんにやく色紙	10.00
(冷) ホールコーン	15.00	水	40.00	さとう	1.10	油	0.40	刻み昆布	0.40
にんじん	15.00			しょうゆ	1.10			木綿豆腐	10.00
じゃがいも	40.00	【◆ツナと大根のサラダ(コーン抜き)】		塩	0.50	【■白身魚のハーブ焼き】		さとう	0.90
サラダ油	1.30	きゅうり	10.00	水(だし汁)	5.00	ホキ切り身70g	70.00	しょうゆ	1.00
さとう	1.00	にんじん	5.00	油	1.00	塩	0.25	酒	0.50
しょうゆ	1.10	だいこん	55.00			こしょう	0.01	みりん	1.10
塩	0.40	ツナ	10.00	【■野菜と油揚げのごま和え】		白ワイン	2.00	酒	2.00
酢	1.60	しょうゆ	2.00	こまつな	10.00	セロリー	0.30	しょうゆ	2.60
こしょう	0.01	さとう	1.00	もやし	30.00	バジル(粉)	0.10	水(だし汁)	15.00
		サラダ油	1.00	にんじん	10.00	にんにく	0.30		
【●わかめと油揚げのみそ汁】		ごま油	0.60	油揚げ	5.00	パセリ	0.10	【たまねぎのみそ汁】	
カットわかめ	0.60	酢	1.00	白すりごま	1.70	オリーブ油	1.00	たまねぎ	30.00
油揚げ	6.00	塩	0.10	しょうゆ	2.50			こまつな	10.00
こまつな	10.00	こしょう	0.01	さとう	1.50	【ペイザンヌスープ】		カットわかめ	0.30
ながねぎ	15.00			塩	0.20	ベーコン色紙	10.00	はくさい	20.00
豆腐(絹ごし)	25.00	【◆わかめスープ】				じゃがいも	20.00	えのきたけ	5.00
赤みそ	6.00	カットわかめ	0.70	【◆みそけんちん汁】		にんじん	15.00	赤みそ	6.00
みそ	6.00	(冷) ホールコーン	10.00	ごぼう	12.00	たまねぎ	35.00	みそ	7.00
煮干し	3.00	豆腐(絹ごし)	25.00	にんじん	15.00	キャベツ	10.00	煮干し	3.00
水	125.00	ながねぎ	10.00	だいこん	20.00	サラダ油	0.50	水	130.00
		塩	1.00	さといも	20.00	塩	1.10		
【みかん】		こしょう	0.02	こんにやく短冊	15.00	こしょう	0.02	【牛乳】	
みかん	25.00	しょうゆ	1.00	豆腐(絹ごし)	20.00	けずり節	4.00	★牛乳	206.00
		けずり節	4.00	油揚げ	6.00	水	140.00		
【牛乳】		水	180.00	ながねぎ	10.00				
★牛乳	206.00			サラダ油	1.00	【牛乳】			
		【牛乳】		赤みそ	6.00	★牛乳	206.00		
		★牛乳	206.00	みそ	6.00				
				けずり節(調理用)	4.00				
				水	100.00				
				【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)

※特定原材料8品目のうち、小麦、卵、乳、えびの対象者がいるため、小麦、乳、卵、えびを除去した除去食を提供いたします。
(なお、かに、そば、落花生、くるみについては給食では提供がありませんのでご承知おください。)
※食材の入荷状況により変更することがあります。ご了承ください。

0:通常献立 換算学年：センタ

2025年12月 1日 ~ 2025年12月31日

センター檜原1

2025-11-10 印刷

12月22日(月)		12月23日(火)		12月24日(水)					
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)】		【ごはん(95)】		【▲ガーリックライス(85)】					
米	91.00	米	95.00	米	85.00				
水	0.00	水	0.00	オリーブ油	1.00				
				水	0.00				
【▲赤魚の柚子みそ焼き】		【◆マーボー豆腐】		パセリ(乾)	0.06				
赤魚切身80g	80.00	豆腐(絹ごし)	95.00	たまねぎ	5.00				
酒	2.50	豚もも挽肉	30.00	にんにく	0.50				
鉄板油	0.00	ながねぎ	20.00	塩	0.40				
みそ	5.00	たまねぎ	15.00	こしょう	0.02				
みりん	2.50	にんじん	30.00						
さとう	2.00	たけのこレトルトパウチ	10.00	【チキンのトマト煮込み(ルーなし)】					
ゆず果汁	0.50	にら	4.00	鶏もも角切肉	25.00				
ゆず皮	0.00	根しょうが	1.50	鶏むね角切肉	45.00				
水	1.70	にんにく	0.40	塩	0.20				
		干しいいたけ	0.50	こしょう	0.01				
【●にんじんシリシリ(調味料調整)】		サラダ油	1.00	白ワイン	1.00				
にんじん	18.00	さとう	2.20	にんにく	0.20				
切干しだいこん	5.00	しょうゆ	5.00	根しょうが	0.20				
ツナ	7.00	赤みそ	7.00	サラダ油	2.00				
サラダ油	1.20	水	22.00	たまねぎ	50.00				
白いりごま	0.60	でんぶん	2.00	にんじん	20.00				
しょうゆ	1.50	ごま油	0.60	じゃがいも	40.00				
みりん	0.60	トウバンジャン	0.20	パセリ(乾)	0.10				
酒	0.60			トマトケチャップ	10.00				
		【◆3色ナムル】		ホールトマト	20.00				
【■根菜汁(かぼちゃ)】		こまつな	10.00	中濃ソース	2.50				
鶏むねこま肉	15.00	もやし	40.00	塩	0.60				
にんじん	10.00	にんじん	15.00	こしょう	0.01				
かぼちゃ	20.00	さとう	0.20	水	18.00				
れんこん	10.00	塩	0.40						
ごぼう	8.00	にんにく	0.20	【◆フレンチサラダ】					
油揚げ	6.00	ごま油	1.00	キャベツ	45.00				
ながねぎ	6.00	白いりごま	0.90	にんじん	8.00				
油	1.00			(冷)ホールコーン	10.00				
塩	0.60	【●たまごスープ(肉、豆腐なし)】		きゅうり	8.00				
しょうゆ	1.90	★卵	20.00	酢	2.00				
けずり節	4.00	にんじん	10.00	オリーブ油	2.50				
水	130.00	たまねぎ	30.00	さとう	1.30				
		こまつな	15.00	塩	0.50				
【果物(みかん)】		塩	1.10	からし(粉)	0.05				
みかん	50.00	こしょう	0.03						
		しょうゆ	1.20	【◆桑都カップケーキ(シルクパウダー)】					
【牛乳】		でんぶん	1.00	★小麦粉	13.00				
★牛乳	206.00	けずり節	4.00	ベーキングパウダー	0.40				
		水	130.00	さとう	8.00				
				★殺菌液卵	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				