

※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 2025-12-08 印刷

2025-12-08 印刷

1月 9日(金)		1月13日(火)		1月14日(水)		1月15日(木)		1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
【きびごはん】		【◆ごはん(91)】		【#きなき揚げパン】		【◇小豆ご飯(小正月)塩調整】		【◆ごはん(91)】	
米	88.00	米	91.00	★コッペパン70g	70.00	米	82.00	米	91.00
きび	3.00	水	0.00	きな粉	8.00	もち米	3.00	水	0.00
水	0.00			さとう	5.00	あずき	3.50		
		【鯖の一味焼き】		グラニュー糖	2.00	塩	0.70	【◆マーボー大根】	
【◆ブリの照り焼き】		さば切身70g	70.00	塩	0.08	水	0.00	だいこん	80.00
ぶり切身70g	70.00	にんにく	0.28	揚げ油	7.00			豚もも挽肉	35.00
酒	2.00	白いりごま	0.70			【●松風焼き(×1.25)】		ながねぎ	25.00
塩	0.20	しょうゆ	3.30	【チキンピーズ】		1/2絞り豆腐	62.50	にんじん	25.00
みりん	1.30	酒	1.40	大豆	15.00	鶏むね挽肉	27.50	干しいたけ(スライス)	0.50
さとう	1.00	一味唐辛子	0.01	鶏ももこま肉	20.00	ながねぎ	18.75	根しょうが	0.50
しょうゆ	4.00	みりん	1.00	塩	0.09	★殺菌液卵	7.50	にんにく	0.30
水	2.00	さとう	0.80	こしょう	0.02	★パン粉	7.50	サラダ油	1.00
でんぶん	0.50	ながねぎ	3.00	じゃがいも	60.00	みそ	5.63	さとう	2.00
鉄板油	0.00	鉄板油	1.00	にんじん	25.00	さとう	0.63	しょうゆ	6.50
				たまねぎ	60.00	しょうゆ	1.38	塩	0.10
【キャベツとわかめの和え物】		【●ほうれん草と油揚げの煮びたし】		しめじ	5.00	白いりごま	2.13	赤みそ	5.00
キャベツ	45.00	ほうれんそう	20.00	(冷) グリンピース	4.00	油	0.00	水	20.00
にんじん	10.00	はくさい	35.00	サラダ油	1.00			でんぶん	2.00
カットわかめ	1.70	しめじ	10.00	トマトケチャップ	12.00	【◆チンゲン菜のからしあえ】		ごま油	1.00
ごま油	1.70	油揚げ	4.00	トマトピューレ	12.00	もやし	30.00	トウバンジャン	0.26
白いりごま	1.10	さとう	0.50	さとう	2.50	チンゲンツアイ	15.00		
塩	0.36	塩	0.25	★小麦粉	4.00	にんじん	5.00	【♪大豆の揚げ煮】	
		酒	0.50	サラダ油	2.00	かまぼこ	5.00	大豆	15.00
【雑煮】		しょうゆ	2.50	★バター	2.00	しょうゆ	2.00	でんぶん	3.00
鶏ももこま肉	10.00	水(だし汁)	2.00	ウスターソース	4.00	みりん	1.60	揚げ油	2.00
ながねぎ	10.00			塩	1.00	さとう	0.10	塩	0.20
にんじん	5.00	【わかめと豆腐のみそ汁】		こしょう	0.02	塩	0.10	さとう	2.00
だいこん	20.00	カットわかめ	0.80	水	65.00	からし(粉)	0.08	しょうゆ	2.20
こまつな	10.00	だいこん	20.00					水	3.00
さといも	10.00	ながねぎ	10.00	【♪コールスロー】		【◆けんちん汁】		青のり	0.10
型抜きかまぼこ	5.00	豆腐(絹ごし)	20.00	キャベツ	40.00	豆腐(絹ごし)	23.00	白いりごま	1.00
冷凍白玉団子(上新粉)	25.00	赤みそ	5.50	(冷) ホールコーン	10.00	油揚げ	8.00		
しょうゆ	2.00	みそ	5.50	にんじん	10.00	ごぼう	14.00	【#中華たまごスープ】	
塩	0.90	煮干し	3.00	酢	2.00	にんじん	14.00	鶏ももこま肉	10.00
けずり節	4.00	水	135.00	サラダ油	1.50	ながねぎ	14.00	こまつな	10.00
水	125.00			からし(粉)	0.05	さといも	28.00	たまねぎ	20.00
		【果物(紅マドンナ)】		さとう	1.30	だいこん	19.00	にんじん	15.00
【牛乳】		紅マドンナ	50.00	塩	0.40	こんにゃく短冊	9.00	★卵	20.00
★牛乳	206.00					サラダ油	0.76	塩	1.10
		【牛乳】		【牛乳】		塩	0.48	しょうゆ	2.00
		★牛乳	206.00	★牛乳	206.00	しょうゆ	5.70	こしょう	0.02
						けずり節	4.00	けずり節	4.00
						水	100.00	水	130.00
								でんぶん	1.50
						【果物(みかん)】		ごま油	0.40
						みかん	25.00		
								【牛乳】	
						【牛乳】		★牛乳	206.00
						★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 2025-12-08 印刷

2025-12-08 印刷

1月26日(月)		1月27日(火)		1月28日(水)		1月29日(木)		1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)】		【じゃこ菜めし】		【カレーライス】		【◆ごはん(91)】		【◆かてめし(桑都御膳)】	
米	91.00	米	90.00	米	95.00	米	91.00	米	86.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00
		国産菜飯の素	1.00	豚ももこま肉	20.00			鶏ももこま肉	13.00
【◆ホッケの塩焼き】		ちりめんじゃこ	2.00	じゃがいも	60.00	【◆蓮根とひじきのハンバーグ(塩分調整)】		にんじん	13.00
ほっけ70g	70.00	白いりごま	0.50	たまねぎ	75.00	1/2絞り豆腐	40.00	ごぼう	13.00
鉄板油	1.40			にんじん	20.00	豚もも挽肉	20.00	干ししいたけ(スライス)	0.80
		【厚焼き卵】		にんにく	0.20	豚かた挽肉	20.00	糸こんにゃく	5.00
【●野菜の彩り和え】		★殺菌液卵	60.00	根しょうが	0.80	たまねぎ	20.00	白焼きちくわ	5.00
こまつな	15.00	鶏むね挽肉	8.00	サラダ油	1.70	サラダ油	0.50	油揚げ	6.00
もやし	30.00	たまねぎ	30.00	★薄力粉	5.00	れんこん	5.00	さとう	3.00
にんじん	15.00	にんじん	10.00	★バター	2.60	干ひじき(ステン&釜、乾)	0.50	しょうゆ	6.00
しめじ	8.00	干ししいたけ(スライス)	0.30	サラダ油	2.80	★調理用牛乳	6.00	酒	1.30
油揚げ	4.00	油	0.50	カレー粉	0.30	★殺菌液卵	6.00	サラダ油	1.20
かつおぶし粉	1.00	さとう	1.10	トマトケチャップ	4.50	★パン粉	6.00	白いりごま	1.30
塩	0.10	しょうゆ	1.10	ウスターソース	1.00	塩	0.35		
みりん	2.50	塩	0.40	中濃ソース	1.70	こしょう	0.03	【桑都揚げ】	
しょうゆ	2.50	水(だし汁)	5.00	塩	1.20	鉄板油	0.00	ささかまぼこ	60.00
白いりごま	0.50	油	1.00	こしょう	0.02	中濃ソース	3.00	★殺菌液卵	2.50
				カレー粉	0.45	トマトケチャップ	4.00	水	2.00
【■五目煮豆(×1.15)】		【れんこんのきんぴら】		しょうゆ	1.40			★薄力粉	4.00
大豆	10.00	にんじん	30.00	水	82.00	【ツナときゅうりのポテトサラダ】		桑の葉(粉)	0.10
鶏ももこま肉	4.00	れんこん	20.00			きゅうり	10.00	揚げ油	2.50
にんじん	12.00	さつま揚げ	10.00	【#フレンチサラダ】		(冷) ホールコーン	5.00		
ごぼう	12.00	(冷) むき枝豆	5.00	キャベツ	45.00	ツナ	12.00	【定式幕和え(調味料0.8倍)】	
角切こんぶ	0.50	一味唐辛子	0.01	にんじん	8.00	じゃがいも	40.00	芽ひじき	0.60
油	0.90	油	1.00	(冷) ホールコーン	10.00	サラダ油	1.20	こまつな	20.00
しょうゆ	2.30	しょうゆ	4.00	きゅうり	8.00	さとう	1.00	もやし	30.00
さとう	1.70	さとう	1.50	酢	2.00	しょうゆ	1.20	油揚げ	12.00
酒	1.20	酒	1.00	サラダ油	2.50	塩	0.27	にんじん	6.00
水	17.00	ごま油	0.20	さとう	1.30	こしょう	0.01	ごま油	0.80
				塩	0.48			さとう	1.20
【●さといものみそ汁】		【◆沢煮焼】		からし(粉)	0.05			酒	0.50
カットわかめ	0.60	豚バラ千切肉	15.00			【オニオンスープ】		しょうゆ	2.90
油揚げ	6.00	ごぼう	10.00	【りんごヨーグルト】		ベーコン千切り	10.00	かつおぶし粉	0.40
だいこん	20.00	だいこん	20.00	りんご(缶詰)	30.00	たまねぎ	50.00		
ながねぎ	10.00	にんじん	20.00	★調理用ヨーグルト	45.00	にんじん	10.00	【八王汁(みそ)】	
豆腐(絹ごし)	20.00	干ししいたけ(スライス)	0.60			バセリ(乾)	0.10	豚ももこま肉	10.00
さといも	25.00	こまつな	8.00	【牛乳】		油	1.20	だいこん	20.00