

[詳 細 献 立 表]

選択アレルゲン：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。

0:通常献立 換算学年：センタ

2026年 1月 1日 ~ 2026年 1月 31日

センター楕原1 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 |
| 【きびごはん】 | | 【#ごはん (91)】 | | 【#きなこ揚げパン】 | |
| 米 | 88.00 | 米 | 91.00 | ★コッペパン 70 g | 70.00 |
| きび | 3.00 | 水 | 0.00 | きな粉 | 8.00 |
| 水 | 0.00 | | | さとう | 5.00 |
| | | 【餅の一味焼き】 | | グラニュー糖 | 2.00 |
| | | さば切身70g | 70.00 | 塩 | 0.08 |
| 【◆ブリの照り焼き】 | | にんにく | 0.28 | 水 | 7.00 |
| ぶり切身 70 g | 70.00 | 白いりごま | 0.70 | | |
| 酒 | 2.00 | しょうゆ | 3.30 | 【●松風焼き(×1.25)】 | |
| 塩 | 0.20 | 酒 | 1.40 | 1/2絞り豆腐 | 62.50 |
| みりん | 1.30 | 大豆 | 15.00 | 鶏むね挽肉 | 27.50 |
| さとう | 1.00 | 鶏ももこま肉 | 20.00 | ながねぎ | 18.75 |
| しょうゆ | 4.00 | 塩 | 0.09 | ★殺菌液卵 | 7.50 |
| 水 | 2.00 | さとう | 0.02 | ★パン粉 | 7.50 |
| でんぶん | 0.50 | ながねぎ | 3.00 | 白いりごま | 2.13 |
| 鉄板油 | 0.00 | じやがいも | 60.00 | 油 | 0.00 |
| | | トマトケチャップ | 12.00 | | |
| | | トマトピューレ | 12.00 | 【◆テンゲン菜のからしあえ】 | |
| 【キャベツとわかめの和え物】 | | トマトピューレ | 12.00 | もやし | 30.00 |
| キャベツ | 45.00 | 油揚げ | 4.00 | チンゲンツアイ | 15.00 |
| にんじん | 10.00 | さとう | 0.50 | にんじん | 5.00 |
| カットわかめ | 1.70 | さとう | 0.25 | 【♪大豆の揚げ煮】 | |
| ごま油 | 1.70 | ★小麦粉 | 4.00 | 大豆 | 15.00 |
| 白いりごま | 1.10 | 酒 | 0.50 | サラダ油 | 2.00 |
| 塩 | 0.36 | サラダ油 | 2.00 | かまぼこ | 2.00 |
| | | ウスターソース | 4.00 | しょうゆ | 2.00 |
| 【雑煮】 | | 塩 | 1.00 | みりん | 1.60 |
| 鶏ももこま肉 | 10.00 | 水 (だし汁) | 2.00 | さとう | 0.10 |
| ながねぎ | 10.00 | ★バター | 2.00 | さとう | 0.20 |
| にんじん | 5.00 | ウスターソース | 4.00 | さとう | 0.10 |
| だいこん | 20.00 | 塩 | 1.00 | さとう | 0.10 |
| こまつな | 10.00 | 水 | 65.00 | からし(粉) | 0.08 |
| さといも | 10.00 | 【コールスロー】 | | | |
| 型抜きかまぼこ | 5.00 | 豆腐(絹ごし) | 20.00 | 【◆けんちん汁】 | |
| 冷凍白玉団子 (上新粉) | 25.00 | キャベツ | 40.00 | 豆腐(絹ごし) | 23.00 |
| しょうゆ | 2.00 | (冷) ホールコーン | 10.00 | 油揚げ | 8.00 |
| 塩 | 0.90 | みそ | 5.50 | ごぼう | 14.00 |
| けずり節 | 4.00 | にんじん | 10.00 | 【#中華たまごスープ】 | |
| 水 | 125.00 | 酢 | 2.00 | 鶏ももこま肉 | 10.00 |
| | | サラダ油 | 1.50 | こまつな | 10.00 |
| | | からし(粉) | 0.05 | たまねぎ | 20.00 |
| 【果物(紅マドンナ)】 | | さとう | 1.30 | だいこん | 19.00 |
| ★牛乳 | 206.00 | | 0.40 | にんじん | 15.00 |
| | | | | ★卵 | 20.00 |
| 【牛乳】 | | | | 塩 | 1.10 |
| ★牛乳 | 206.00 | 【牛乳】 | | 0.48 | 2.00 |
| | | ★牛乳 | 206.00 | こしあわ | 0.02 |
| | | | | けずり節 | 4.00 |
| | | | | 水 | 130.00 |
| | | | | でんぶん | 1.50 |
| | | | | ごま油 | 0.40 |
| | | | | 【牛乳】 | |
| | | | | ★牛乳 | 206.00 |

[詳 細 献 立 表]

選択アレルゲン：特定原材料8品目

0:通常献立 換算学年：センタ

2026年 1月 1日 ~ 2026年 1月 31日

(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。

センター檜原1 2025-12-08 印刷

| 1月19日(月) | | 1月20日(火) | | 1月21日(水) | | 1月22日(木) | | 1月23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 |
| 【バゲティミートソース】 | | 【◆ごはん (91)】 | | 【ゆかりごはん】 | | 【#食パン】 | | 【◆とりごぼうごはん】 | |
| ★スパゲティ | 93.00 | 米 | 91.00 | 米 | 91.00 | ★食パン 70 g | 97.00 | 米 | 83.00 |
| 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】 | | 鶏ももこま肉 | 10.00 |
| ペーパン千切り | 5.00 | 【◆豚肉の生姜焼き(調整)】 | | | | いちご | 30.00 | ごぼう | 20.00 |
| 豚もも挽肉 | 25.00 | 豚ももこま肉 | 50.00 | 【◆豆あじの唐揚げ】 | | レモン(果汁、生) | 0.00 | 油揚げ | 10.00 |
| 豚かた挽肉 | 30.00 | 豚かたこま肉 | 20.00 | 豆あじ | 40.00 | さとう | 10.00 | にんじん | 20.00 |
| 白ワイン | 2.60 | 酒 | 0.70 | 塩 | 0.20 | | | (冷) むき枝豆 | 5.00 |
| たまねぎ | 110.00 | しょうゆ | 5.00 | こしょう | 0.02 | 【白菜のクリームシチュー】 | | サラダ油 | 1.00 |
| にんじん | 30.00 | さとう | 1.00 | でんぶん | 5.00 | 鶏ももこま肉 | 20.00 | さとう | 2.50 |
| セロリー | 1.50 | 根しょうが | 0.70 | 揚油 | 3.00 | にんじん | 30.00 | しょうゆ | 4.50 |
| にんにく | 0.50 | たまねぎ | 40.00 | | | たまねぎ | 50.00 | 酒 | 2.00 |
| 油 | 1.50 | 塩 | 0.10 | 【#キャベツのしょうが風味】 | | はくさい | 60.00 | | |
| ホールトマト | 15.00 | こしょう | 0.01 | キャベツ | 45.00 | しめじ | 8.00 | 【いかの番味焼き】 | |
| トマトケチャップ | 14.00 | サラダ油 | 1.00 | にんじん | 10.00 | サラダ油 | 1.00 | いか切身 70 g | 70.00 |
| トマトピューレ | 30.00 | でんぶん | 0.50 | 根しょうが | 0.80 | ★薄力粉 | 6.00 | 根しょうが | 0.30 |
| ウスターソース | 4.50 | | | かつおぶし粉 | 0.40 | ★バター | 3.20 | にんにく | 0.30 |
| 中濃ソース | 1.00 | 【■野菜と油揚げのごま和え(調整)】 | | しょうゆ | 1.50 | サラダ油 | 2.80 | ながねぎ | 0.50 |
| 塩 | 0.60 | こまつな | 10.00 | みりん | 1.70 | 塩 | 1.00 | みそ | 2.50 |
| こしょう | 0.03 | もやし | 30.00 | 塩 | 0.20 | こしょう | 0.02 | みりん | 0.70 |
| ★ナチュラルチーズ | 3.00 | にんじん | 10.00 | | | 水 | 25.00 | しょうゆ | 1.80 |
| | | 油揚げ | 5.00 | 【◆肉じゃが】 | | ★調理用牛乳 | 70.00 | 鉄板油 | 1.00 |
| 【●オニオンドレッシングサラダ】 | | 白すりごま | 1.00 | じゃがいも | 100.00 | ★生クリーム | 2.00 | | |
| キャベツ | 40.00 | しょうゆ | 2.00 | 豚ももこま肉 | 20.00 | | | 【ごま大根】 | |
| にんじん | 10.00 | さとう | 1.50 | たまねぎ | 40.00 | 【◆大根とわかめのサラダ(塩分調整)】 | | だいこん | 45.00 |
| きゅうり | 10.00 | 塩 | 0.08 | にんじん | 15.00 | カットわかめ | 1.00 | きゅうり | 10.00 |
| (冷) ホールコーン | 5.00 | | | 糸こんにゃく | 20.00 | きゅうり | 10.00 | にんじん | 7.00 |
| 酢 | 2.00 | 【きりたんぽ汁】 | | (冷) さやえんどう | 3.00 | だいこん | 40.00 | ごま油 | 1.50 |
| サラダ油 | 2.00 | きりたんぽ | 15.00 | 油 | 1.00 | にんじん | 7.00 | 酢 | 1.00 |
| しょうゆ | 2.60 | 鶏ももこま肉 | 11.50 | さとう | 2.50 | 酢 | 1.50 | しょうゆ | 1.30 |
| 塩 | 0.18 | ごぼう | 11.50 | しょうゆ | 6.00 | しょうゆ | 2.30 | 塩 | 0.30 |
| さとう | 1.00 | ごま油 | 1.15 | 塩 | 0.10 | さとう | 1.30 | さとう | 0.30 |
| たまねぎ | 6.00 | だいこん | 11.50 | 水 | 25.00 | 塩 | 0.12 | 白いりごま | 1.00 |
| | | にんじん | 11.50 | | | サラダ油 | 1.30 | | |
| 【柚子蜜フルーツ】 | | ながねぎ | 11.50 | 【果物(紅マドンナ)】 | | ごま油 | 0.60 | 【◆吳汁】 | |
| ゆず(果皮、生) | 1.50 | 糸こんにゃく | 11.50 | 紅マドンナ | 50.00 | 白いりごま | 0.60 | 大豆 | 5.00 |
| はちみつ | 2.00 | こまつな | 5.75 | | | | | にんじん | 15.00 |
| さとう | 3.50 | 酒 | 1.15 | 【牛乳】 | | | | だいこん | 30.00 |
| 水 | 45.00 | 塩 | 0.58 | ★牛乳 | 206.00 | 【牛乳】 | | ながねぎ | 15.00 |
| フルーツミックス缶 | 50.00 | しょうゆ | 1.73 | | | ★牛乳 | 206.00 | 油揚げ | 6.00 |
| | | けずり節(調理用) | 4.00 | | | | | 豆腐(絹ごし) | 15.00 |
| 【牛乳】 | | 水 | 115.00 | | | | | こまつな | 10.00 |
| ★牛乳 | 206.00 | 【牛乳】 | | | | | | みそ | 6.00 |
| | | ★牛乳 | 206.00 | | | | | 赤みそ | 5.00 |
| | | | | | | | | 煮干し | 3.00 |
| | | | | | | | | 水 | 115.00 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 【牛乳】 | |
| | | | | | | | | ★牛乳 | 206.00 |

[詳 細 献 立 表]

選択アレルゲン：特定原材料8品目

0:通常献立 換算学年：センタ

2026年 1月 1日 ~ 2026年 1月 31日

(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。

センター楳原1 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)】 | | 【じゃこ煮めし】 | | 【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】 | | ちりめんじやこ | 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 | 干しこいたけ(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(テンレス釜、乾) | 0.50 | しょうゆ | 6.00 |
| しめじ | 8.00 | 干しこいたけ(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】 | | からし(粉) | 0.05 | | | 酒 | 0.50 |
| カットわかめ | 0.60 | 豚バラ千切り | 15.00 | | | | | | |
| 油揚げ | 6.00 | ごぼう | 10.00 | 【りんごヨーグルト】 | | 【オニオンスープ】 | | しょうゆ | 2.90 |
| だいこん | 20.00 | だいこん | 20.00 | りんご(缶詰) | 30.00 | ベーコン千切り | 10.00 | かつおぶし粉 | 0.40 |
| ながねぎ | 10.00 | にんじん | 20.00 | ★調理用ヨーグルト | 45.00 | たまねぎ | 50.00 | | |
| 豆腐(絹ごし) | 20.00 | 干しこいたけ(スライス) | 0.60 | | | にんじん | 10.00 | 【八王汁(みそ)】 | |
| さといも | 25.00 | こまつな | 8.00 | 【牛乳】 | | バセリ(乾) | 0.10 | 豚ももこま肉 | 10.00 |
| 赤みそ | 5.50 | しらたき | 20.00 | ★牛乳 | 206.00 | 油 | 1.20 | だいこん | 20.00 |
| みそ | 5.50 | 塩 | 0.90 | | | さとう | 0.60 | さといも | 10.00 |
| 煮干し | 3.00 | しょうゆ | 2.00 | | | こしょう | 0.02 | にんじん | 10.00 |
| 水 | 125.00 | こしょう | 0.02 | | | しょうゆ | 1.20 | はくさい | 15.00 |
| | | でんぶん | 2.00 | | | けずり節 | 4.80 | さつまいも | 10.00 |
| 【牛乳】 | | けずり節 | 4.00 | | | 水 | 144.00 | ながねぎ | 10.00 |
| ★牛乳 | 206.00 | 水 | 135.00 | | | | | こまつな | 10.00 |
| | | | | 【■果物(ぼんかん)】 | | | | みそ | 5.50 |
| | | | | ぼんかん | | | | 赤みそ | 5.50 |
| 【牛乳】 | | ★牛乳 | 206.00 | 【牛乳】 | | | | けずり節 | 4.00 |
| | | ★牛乳 | 206.00 | ★牛乳 | 206.00 | | | 水 | 120.00 |
| | | | | | | | | 【牛乳】 | |
| | | | | | | | | ★牛乳 | 206.00 |