

[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)

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2

2025-11-14 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	献立名／食品名	g
【#きびごはん】		【◆カレーライス】		【◆ごはん(91)】		【●わかめご飯】		【#はちっこつけ麺(麺155g)】	
米	85.00	米	90.00	米	91.00	米	91.00	★むし中華めん	155.00
もち米	3.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	油	2.00
きび	3.00	豚ももこま肉	12.00			国産わかめご飯の素	1.00	豚もも千切肉	15.00
水	0.00	豚かたこま肉	12.00	【◆サバのごま風味焼き】		白いりごま	1.00	たけのこ缶	8.00
		じゃがいも	60.00	さば切身40g	0.00			根しょうが	0.40
【茎わかめのにんにく炒め】		たまねぎ	75.00	さば切身50g	0.00			ごま油	0.60
くきわかめ	15.00	にんじん	20.00	さば切身60g	0.00	【豆腐ハンバーグ】		しょうゆ	0.60
にんにく	0.40	にんにく	0.20	さば切身70g	70.00	1/2絞り豆腐	40.00	さとう	0.20
ごま油	0.60	根しょうが	0.80	根しょうが	1.00	豚もも挽肉	20.00	酒	0.50
しょうゆ	1.00	サラダ油	1.70	酒	1.00	豚かた挽肉	20.00	なると	8.00
みりん	1.00	★薄力粉	6.00	さとう	0.80	たまねぎ	35.00	もやし	20.00
白いりごま	1.00	★バター	3.00	しょうゆ	3.30	サラダ油	0.50	(冷) ホールコーン	8.00
		サラダ油	3.00	みりん	1.00	★調理用牛乳	4.00	こまつな	15.00
【厚焼き卵(×1.1)】		カレー粉	0.40	白いりごま	0.50	★殺菌液卵	6.00	塩	0.70
★殺菌液卵	60.00	トマトケチャップ	4.50	鉄板油	0.00	★パン粉	6.00	こしょう	0.02
豚もも挽肉	10.00	ウスターソース	2.70			塩	0.60	しょうゆ	4.00
たまねぎ	30.00	中濃ソース	1.00	【大蔵のごつつお】		こしょう	0.03	煮干し	2.00
にんじん	10.00	塩	1.30	だいこん	15.00	鉄板油	0.00	けずり節	2.00
干ししいたけ	0.30	こしょう	0.02	さといも	10.00	中濃ソース	3.00	チンタンスープ	20.00
油	1.00	カレー粉	0.60	油揚げ	3.00	トマトケチャップ	4.00	水	105.00
さとう	1.10	しょうゆ	1.40	にんじん	8.00			たまねぎ	20.00
しょうゆ	1.10	★バター	1.50	ごぼう	10.00	【●3色ナムル】			
塩	0.50	水	75.00	こんにゃく色紙	10.00	こまつな	25.00	【●うずらの煮卵(3個)】	
水(だし汁)	5.50			刻み昆布	0.40	もやし	30.00	★うずらの卵	30.00
油	1.00	【●野菜サラダ(コーン抜き)】		木綿豆腐	10.00	にんじん	20.00	しょうゆ	1.00
		ブロッコリー	10.00	さとう	0.90	さとう	0.24	みりん	0.50
【■野菜と油揚げのごま和え】		キャベツ	33.00	しょうゆ	1.00	塩	0.42	塩	0.06
こまつな	10.00	にんじん	6.00	酒	0.50	にんにく	0.12	水	10.00
もやし	30.00	きゅうり	6.00	みりん	1.10	ごま油	0.80		
にんじん	10.00	さとう	0.75	酒	2.00	白いりごま	0.60	【フライドポテト】	
油揚げ	5.00	塩	0.42	しょうゆ	2.60			くし型ポテト	90.00
白すりごま	1.70	こしょう	0.01	水(だし汁)	15.00	【卵スープ】		揚げ油	5.00
しょうゆ	2.50	サラダ油	2.10			鶏ももこま肉	15.00	塩	0.25
さとう	1.50	からし(粉)	0.04	【じゃがいものみそ汁】		★卵	20.00		
塩	0.20	酢	1.70	じゃがいも	20.00	豆腐(絹ごし)	20.00	【野菜の南蛮漬け】	
				キャベツ	20.00	にんじん	15.00	きゅうり	15.00
【◆みそけんちん汁】		【オレンジポンチ】		たまねぎ	20.00	たまねぎ	20.00	だいこん	30.00
ごぼう	12.00	フルーツミックス缶	35.00	にんじん	8.00	ほうれんそう	10.00	にんじん	10.00
にんじん	15.00	りんご(缶詰)	15.00	カットわかめ	0.30	塩	1.00	ごま油	0.50
だいこん	20.00	みかんジュース	30.00	赤みそ	5.00	しょうゆ	2.00	酢	0.60
さといも	20.00			みそ	5.00	けずり節	3.00	しょうゆ	2.00
こんにゃく短冊	15.00	【牛乳】		煮干し	3.00	水	130.00	塩	0.06
豆腐(絹ごし)	20.00	★牛乳	206.00	水	120.00	でんぶん	1.00	さとう	0.80
油揚げ	6.00							一味唐辛子	0.01
ながねぎ	15.00			【牛乳】		【牛乳】			
サラダ油	1.00			★牛乳	206.00	★牛乳	206.00	【牛乳】	
赤みそ	5.00							★牛乳	206.00
みそ	5.00								
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)

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2

2025-11-14 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		献立名／食品名		献立名／食品名		献立名／食品名		献立名／食品名	
【ごはん】		【●麦ごはん】		【ミルクパン たてわり】		【◆ごはん(91)】		【ゆかりごはん】	
米	91.00	米	85.00	★ミルクパン40g	0.00	米	91.00	米	91.00
水	0.00	押麦	5.00	★ミルクパン50g	0.00	水	0.00	水	0.00
		水	0.00	★ミルクパン60g	0.00			ゆかり粉	1.00
				★ミルクパン70g	70.00	【■豚キムチ(調整)】			
【豚すき煮】		【#鯖の照り焼き】				豚ももこま肉	40.00	【■ししゃもの磯辺天ぷら】	
焼き豆腐	65.00	さわら切身40g	0.00	【■八王子ナポリタン】		豚バラこま肉	10.00	ししゃも	40.00
水	0.00	さわら切身50g	0.00	★カットスパゲティ	25.00	にんにく	0.30	青のり	0.20
		さわら切身60g	0.00	ベーコン千切り	6.50	油	1.00	★殺菌液卵	7.00
豚ももこま肉	18.00	さわら切身70g	70.00	たまねぎ	20.00	酒	0.30	水	6.00
豚かたこま肉	22.50	酒	2.00	ピーマン	6.50	しょうゆ	1.00	★薄力粉	7.00
しらたき	40.50	みりん	1.30	にんじん	6.50	キムチ漬け	40.00	揚げ油	4.00
にんじん	18.00	さとう	1.00	にんにく	0.10	根しょうが	1.00		
はくさい	45.00	しょうゆ	4.00	油	0.65	たまねぎ	15.00	【◆れんこんのきんぴら】	
ながねぎ	18.00	塩	0.30	トマトケチャップ	10.00	にら	5.00	れんこん	25.00
サラダ油	0.90	鉄板油	0.50	トマトピューレ	4.00	ながねぎ	10.00	にんじん	15.00
しょうが	0.45			みそ	1.00	もやし	30.00	糸こんにゃく	20.00
さとう	3.00	【◆かぼちゃのそぼろ煮(調整)】		塩	0.20	干しいたけ	1.00	さつま揚げ	10.00
しょうゆ	9.00	かぼちゃ	55.00	こしょう	0.03	油	0.40	油	0.50
塩	0.20	鶏むね挽肉	10.00	さとう	0.20	塩	0.30	さとう	1.00
水	12.60	(冷) さやいんげん	3.00	トマトケチャップ	1.50	しょうゆ	3.00	しょうゆ	3.00
		しょうゆ	1.88	たまねぎ	20.00	酒	1.00	酒	1.00
【●野菜のおかか和え】		酒	1.30	にんにく	0.10	こしょう	0.03	白いりごま	1.00
こまつな	25.00	さとう	1.00	オリーブ油	0.60	水	10.00	ごま油	0.50
もやし	30.00	水	10.00			でんぶん	2.00	一味唐辛子	0.01
にんじん	10.00	でんぶん	0.50	【■白身魚のハーブ焼き】		ごま油	0.50		
しょうゆ	3.00			ホキ切り身40g	0.00			【◆里芋のみそ汁(みそ調整)】	
みりん	1.50	【◆具汁】		ホキ切り身50g	0.00	【ごま大根】		カットわかめ	0.60
かつおぶし粉	0.80	大豆	5.00	ホキ切り身60g	0.00	だいこん	40.50	さといも	25.00
		にんじん	15.00	ホキ切り身70g	70.00	きゅうり	9.00	豆腐(絹ごし)	20.00
【#みそ汁(玉葱・小松菜)×1.1】		だいこん	30.00	塩	0.25	にんじん	6.30	油揚げ	7.00
たまねぎ	27.50	ながねぎ	15.00	こしょう	0.01	ごま油	1.40	ながねぎ	15.00
こまつな	16.50	油揚げ	6.00	白ワイン	2.00	酢	0.90	赤みそ	4.50
カットわかめ	0.33	豆腐(絹ごし)	15.00	セロリー	0.25	しょうゆ	1.17	みそ	4.50
油揚げ	8.80	こまつな	10.00	パジル(粉)	0.10	塩	0.27	煮干し	3.00
豆腐(絹ごし)	22.00	みそ	6.00	にんにく	0.30	さとう	0.27	水	150.00
赤みそ	5.60	赤みそ	5.00	パセリ(乾)	0.10	白いりごま	1.17		
みそ	6.70	煮干し	3.00	オリーブ油	1.30			【牛乳】	
煮干し	3.00	水	115.00			【白菜のスープ(肉5g)】		★牛乳	206.00
水	130.00			【野菜スープ】		鶏ももこま肉	10.00		
		【牛乳】		鶏ももこま肉	10.00	にんじん	12.00		
【果物(みかん)】		★牛乳	206.00	じゃがいも	15.00	はくさい	35.00		
みかん	25.00			にんじん	15.00	ながねぎ	18.00		
				たまねぎ	35.00	塩	1.00		
【牛乳】				キャベツ	10.00	しょうゆ	2.00		
★牛乳	206.00			サラダ油	0.50	けずり節	4.00		
				塩	1.10	水	130.00		
				こしょう	0.02				
				けずり節	4.00	【果物(みかん)】			
				水	140.00	みかん	40.00		
				【牛乳】		【牛乳】			
				★牛乳	206.00	★牛乳	206.00		

[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)

0:通常献立

換算学年： センタ

2025年12月 1日 ~ 2025年12月31日

センター桧原2

2025-11-14 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		献立名／食品名		献立名／食品名		献立名／食品名		献立名／食品名	
【スパゲティミートソース】		【◆ごはん(91)】		【ごはん(95)】		【◆ごはん(91)】		【国産小麦パン】	
★スパゲティ	93.00	米	91.00	米	95.00	米	91.00	★国産小麦コッペパン40g	0.00
ゆで塩	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	★国産小麦コッペパン50g	0.00
								★国産小麦コッペパン60g	0.00
								★国産小麦コッペパン70g	70.00
豚もも挽肉	25.00	【◆鶏肉の唐揚げ】		【◆マーボー豆腐】		【◆鮭の塩焼き】			
豚かた挽肉	30.00	鶏もも切身40g	0.00	豆腐(絹ごし)	90.00	甘塩鮭切身40g	0.00		
白ワイン	2.60	鶏もも切身50g	0.00	豚もも挽肉	30.00	甘塩鮭切身50g	0.00	【手作り苺ジャム】	
たまねぎ	110.00	鶏もも切身60g	0.00	ながねぎ	20.00	甘塩鮭切身60g	0.00	いちご	30.00
にんじん	30.00	鶏もも切身70g	70.00	たまねぎ	15.00	甘塩鮭切身70g	70.00	レモン(果汁、生)	0.25
セロリー	1.50	根しょうが	1.50	にんじん	30.00			さとう	10.00
にんにく	0.50	にんにく	0.50	たけのこ缶	10.00	【ひじきの炒め煮】			
油	1.50	酒	1.50	にら	4.00	干ひじき(スライス、乾)	1.20	【◆ボークビーンズ】	
ホールトマト	15.00	しょうゆ	4.00	根しょうが	1.50	干ししいたけ	1.00	大豆	18.00
トマトケチャップ	14.00	でんぶん	7.00	にんにく	0.40	にんじん	10.00	豚かた角切り肉	30.00
トマトピューレ	30.00	揚げ油	4.00	干ししいたけ	0.50	油揚げ	6.00	塩	0.10
ウスターソース	4.50			サラダ油	1.00	白焼きちくわ	6.00	こしょう	0.02
中濃ソース	1.00	【●ごま和え】		さとう	2.20	(冷) さやいんげん	3.00	じゃがいも	60.00
塩	0.60	こまつな	25.00	しょうゆ	5.00	油	1.00	にんじん	20.00
こしょう	0.03	もやし	35.00	赤みそ	6.50	さとう	1.80	たまねぎ	60.00
★ナチュラルチーズ	3.00	にんじん	15.00	水	22.00	しょうゆ	3.50	(冷) グリンピース	5.00
		さとう	3.00	でんぶん	2.20	酒	1.00	サラダ油	1.30
【◆わかめサラダ】		しょうゆ	3.00	ごま油	0.55	水(だし汁)	2.00	トマトケチャップ	12.00
カットわかめ	1.00	みりん	3.00	トウバンジャン	0.15			トマトピューレ	12.00
だいこん	45.00	白すりごま	2.00			【◆八王子産しょうがの豚汁】		さとう	2.60
にんじん	10.00			【じゃこキャベツ】		根しょうが	0.50	★薄力粉	4.00
(冷) ホールコーン	8.00	【◆かきたま汁】		ちりめんじゃこ	4.00	豚ももこま肉	25.00	サラダ油	2.00
酢	1.50	鶏ももこま肉	15.00	キャベツ	50.00	ごぼう	10.00	★バター	2.00
しょうゆ	3.00	★卵	20.00	にんじん	10.00	だいこん	25.00	ウスターソース	4.00
さとう	1.30	豆腐(絹ごし)	20.00	刻み昆布	0.60	にんじん	20.00	塩	1.00
塩	0.20	にんじん	15.00	しょうが	0.25	しめじ	5.00	こしょう	0.02
サラダ油	1.30	たまねぎ	20.00	白いりごま	1.20	ながねぎ	15.00	水	65.00
ごま油	0.60	ほうれんそう	10.00	ごま油	0.36	こんにゃく短冊	7.00		
		塩	1.00	しょうゆ	1.20	豆腐(絹ごし)	25.00	【◆コールスロー】	
【りんごヨーグルト】		しょうゆ	2.00	みりん	0.60	サラダ油	1.00	キャベツ	50.00
りんご(缶詰)	40.00	けずり節	3.00	塩	0.06	みそ	11.00	(冷) ホールコーン	10.00
★調理用ヨーグルト	45.00	水	125.00			けずり節(調理用)	4.00	にんじん	5.00
		でんぶん	1.00	【#中華スープ】		水	100.00	酢	2.00
【牛乳】				豚かたこま肉	10.00			サラダ油	1.50
★牛乳	206.00	【■黄桃缶】		こまつな	10.00	【牛乳】		からし(粉)	0.05
		黄桃缶	45.00	はくさい	15.00	★牛乳	206.00	さとう	1.30
				たまねぎ	20.00			塩	0.40
				にんじん	5.00				
		【牛乳】		えのきたけ	5.00			【牛乳】	
		★牛乳	206.00	塩	1.10			★牛乳	206.00
				しょうゆ	2.30				
				こしょう	0.02				
				けずり節	4.00				
				水	150.00				
				ごま油	0.50				
				白いりごま	0.50				
				【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

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ)

0:通常献立

換算学年： センタ

2025年12月 1日 ~ 2025年12月31日

センター櫛原2

2025-11-14 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
【◆ごはん(91)】			【◆中華丼】			【▲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				
			豚ももこま肉	25.00		水	0.00				
【▲赤魚の柚子みそ焼き】			酒	0.30		パセリ(乾)	0.06				
赤魚切身40g	0.00		しょうゆ	0.70		たまねぎ	5.00				
赤魚切身50g	0.00		にんじん	25.00		にんにく	1.00				
赤魚切身60g	0.00		はくさい	70.00		塩	0.40				
赤魚切身70g	0.00		たけのこ缶	20.00		こしょう	0.02				
赤魚切身80g	80.00		干しいたけ	1.00							
酒	2.50		にんにく	0.40	【チキンのトマト煮込み(ルーなし)】						
鉄板油	0.50		根しょうが	0.60		鶏もも角切肉	70.00				
みそ	5.00		★うずらの卵	25.00		塩	0.20				
みりん	2.50		油	2.70		こしょう	0.01				
さとう	2.00		しょうゆ	2.60		白ワイン	1.00				
ゆず果汁	0.50		塩	1.00		にんにく	0.20				
ゆず皮	0.00		こしょう	0.02		根しょうが	0.20				
水	1.70		ごま油	0.40		サラダ油	2.00				
			でんぶん	4.00		たまねぎ	50.00				
【●にんじんシリシリ(調味料調整)】			水	40.00		にんじん	20.00				
にんじん	18.00					じゃがいも	40.00				
切干しいこん	4.50	【◆ツナと大根のサラダ(コーン抜き)】				パセリ(乾)	0.10				
ツナ	6.60		きゅうり	13.00		トマトケチャップ	10.00				
サラダ油	1.20		にんじん	7.00		ホールトマト	20.00				
白いりごま	0.60		だいこん	45.00		中濃ソース	2.50				
しょうゆ	1.50		みずな	7.00		塩	0.60				
みりん	0.60		ツナ	11.00		こしょう	0.01				
酒	0.60		しょうゆ	2.50		水	18.00				
			さとう	1.30							
【■根菜汁(かぼちゃ)】			サラダ油	1.10	【◆フレンチサラダ】						
鶏ももこま肉	18.70		ごま油	0.80		キャベツ	45.00				
にんじん	13.20		酢	1.30		にんじん	8.00				
かぼちゃ	18.70		塩	0.13		(冷)ホールコーン	10.00				
れんこん	11.00		こしょう	0.01		きゅうり	8.00				
ごぼう	9.90					酢	2.00				
油揚げ	6.60	【◆わかめスープ】				オリーブ油	2.50				
ながねぎ	5.50		カットわかめ	0.70		さとう	1.30				
油	1.21		(冷)ホールコーン	10.00		塩	0.50				
塩	0.64		たけのこ缶	10.00		からし(粉)	0.05				
しょうゆ	1.90		ながねぎ	20.00							
けずり節	4.00		塩	1.00	【◆桑都カップケーキ(シルクパウダー)】						
水	130.00		こしょう	0.02		★薄力粉	13.00				
			しょうゆ	1.00		ベーキングパウダー	0.35				
【果物(みかん)】			けずり節	4.00		さとう	8.00				
みかん	50.00		水	180.00		★殺菌液卵	8.00				
						★バター	4.00				
【牛乳】			【牛乳】			★調理用牛乳	5.00				
★牛乳	206.00		★牛乳	206.00		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				