[詳 細 献 立 表]

※特定原材料9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。
※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。

選択アレルゲン：9大アレルゲン　（小麦, そば, 卵, 乳, えび, かに, 落花生, くるみ, カシューナッツ）

0:通常献立　　換算学年： センタ

2026年12月 1日 ～ 2026年12月31日

センター楢原2　　2026-11-05 印刷

12月22日（火）		12月23日（水）		12月24日（木）		12月25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）】		**【国産小麦パンセルフきんぴらサンド】**		**【▲ガーリックライス（85）】**		**【キムチチャーハン】**			
米	91.00	★ミルクパン７０ｇ	70.00	米	85.00	米	85.00		
水	0.00	★カットスパゲティ	8.00	オリーブ油	1.00	水	0.00		
		ごぼう	30.00	水	0.00	豚バラこま肉	20.00		
【♪ニギスの唐揚げ甘辛ゆず風味】		にんじん	20.00	パセリ(乾)	0.06	ながねぎ	10.00		
にぎす	40.00	鶏ももこま肉	5.00	たまねぎ	5.00	根しょうが	0.30		
酒	1.00	油	1.00	にんにく	0.50	にんじん	10.00		
塩	0.20	酒	2.00	塩	0.40	キムチ漬け	30.00		
でんぷん	4.00	さとう	2.50	こしょう	0.02	油	1.10		
揚油	4.00	しょうゆ	4.00			酒	1.30		
しょうゆ	4.00	白いりごま	0.50	**【チキンのトマト煮込み（ルーなし）】**		塩	0.25		
さとう	4.00	ごま油	0.60	鶏もも角切肉	30.00	こしょう	0.02		
ゆず(果汁、生)	1.00			鶏もも皮なし角切り肉	40.00	しょうゆ	0.80		
ゆず(果皮、生)	0.20	**【♪白菜のクリーム煮】**		塩	0.20	こまつな	10.00		
水	2.50	じゃがいも	30.00	こしょう	0.01	ごま油	0.80		
		ベーコン千切り	10.00	赤ワイン	1.00				
【切り干し大根と人参の炒め煮】		鶏ももこま肉	20.00	にんにく	0.20	**【■ししゃもの磯辺焼き】**			
にんじん	18.00	はくさい	65.00	根しょうが	0.20	ししゃも	40.00		
切干しだいこん	4.50	にんじん	13.00	サラダ油	2.00	青のり	0.10		
ツナ	7.00	たまねぎ	52.00	たまねぎ	50.00	鉄板油	0.30		
サラダ油	1.20	（冷）さやいんげん	5.00	にんじん	20.00				
白いりごま	0.60	油	2.60	じゃがいも	40.00	**【３色ナムル】**			
塩	0.05	★小麦粉	7.80	パセリ(乾)	0.05	こまつな	15.00		
しょうゆ	2.00	油	4.00	トマトケチャップ	10.00	もやし	30.00		
みりん	0.60	★バター	2.50	ホールトマト	20.00	にんじん	15.00		
酒	0.60	★調理用牛乳	50.00	中濃ソース	2.50	さとう	0.22		
		水	40.00	塩	0.60	塩	0.40		
【■根菜汁（かぼちゃ）】		塩	1.30	こしょう	0.01	にんにく	0.15		
鶏ももこま肉	15.00	こしょう	0.03	水	18.00	ごま油	1.00		
にんじん	10.00	★生クリーム	2.50			白いりごま	1.00		
かぼちゃ	20.00			**【♦フレンチサラダ】**					
れんこん	10.00	**【大根サラダ】**		キャベツ	45.00	**【●中華たまごスープ】**			
ごぼう	8.00	だいこん	25.00	にんじん	8.00	鶏もも皮なしこま肉	15.00		
油揚げ	7.00	きゅうり	25.00	（冷）ホールコーン	10.00	チンゲンツァイ	15.00		
ながねぎ	10.00	にんじん	15.00	きゅうり	8.00	たまねぎ	20.00		
油	1.00	（冷）ホールコーン	5.00	酢	2.00	にんじん	10.00		
塩	0.64	しょうゆ	1.00	オリーブ油	2.50	きくらげ	0.50		
しょうゆ	1.90	さとう	1.00	さとう	1.30	★卵	20.00		
けずり節	4.00	酢	2.00	塩	0.50	塩	1.00		
水	130.00	油	1.30	からし(粉)	0.05	しょうゆ	1.20		
		ごま油	0.60			こしょう	0.02		
【果物(みかん)】		塩	0.50	**【♦桑都カップケーキ（シルクパウダー）】**		けずり節	4.00		
みかん	50.00			★小麦粉	13.00	水	120.00		
		【りんごジュース】		ベーキングパウダー	0.35	でんぷん	1.00		
【牛乳】		りんごジュース	206.00	さとう	8.00	ごま油	0.30		
★牛乳	206.00			★殺菌液卵	8.00				
				★バター	4.00	**【果物】**			
				★調理用牛乳	5.00	紅マドンナ	50.00		
				桑の葉（粉	0.20				
				シルクパウダー	0.10	**【牛乳】**			
				ラム酒	0.50	★牛乳	206.00		
				ミニマドレーヌカップ	1.00				
				【牛乳】					
				★牛乳	206.00				