

[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

2026年 3月 1日 ~ 2026年 3月31日

センター檜原2

2026-02-09 印刷

3月 2日(月)		3月 3日(火)		3月 4日(水)		3月 5日(木)		3月 6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
【●きなこ揚げパン】		【五目ずし (80) しょうが・塩控えめ】		【●とりそぼろ炒り卵丼】		【◆ご飯】		【八王子産大根の菜飯】	
★コッペパン40g	0.00	米	80.00	米	95.00	米	91.00	米	91.00
★コッペパン50g	0.00	酢	3.50	水	0.00	水	0.00	水	0.00
★コッペパン60g	0.00	さとう	2.50	鶏もも挽肉	30.00			八王子産大根ご飯の素	0.70
★コッペパン70g	70.00	根しょうが	1.00	鶏むね挽肉	30.00	【♪豆腐ハンバーグ】		国産菜飯の素	2.00
きな粉	8.00	鶏もも皮なしこま肉	10.00	根しょうが	1.00	1/2絞り豆腐	40.00		
さとう	5.00	干しいたけ(スライス)	0.90	油	1.00	豚もも挽肉	30.00	【鮭の塩焼き】	
グラニュー糖	2.00	かんぴょう	1.00	たまねぎ	16.00	豚かた挽肉	10.00	甘塩鮭切身40g	0.00
塩	0.08	にんじん	15.00	さとう	2.70	たまねぎ	35.00	甘塩鮭切身50g	0.00
揚げ油	7.00	油揚げ	8.00	しょうゆ	4.90	サラダ油	0.50	甘塩鮭切身60g	0.00
		(冷) むき枝豆	5.00	みりん	2.20	★調理用牛乳	4.00	甘塩鮭切身70g	0.00
【ポトフ】		さとう	2.00	(冷) さやえんどう	4.00	★パン粉	6.00	鉄板油	1.00
鶏もも皮なしこま肉	25.00	しょうゆ	4.50	★殺菌液卵	25.00	★殺菌液卵	6.00		
ウインナー1cm輪切り	20.00	酒	1.10	塩	0.10	塩	0.60	【♪韓国風肉じゃが】	
油	0.90	白いりごま	1.00	さとう	1.10	こしょう	0.03	豚バラこま肉	10.00
じゃがいも	40.00	★むきえび	20.00	油	1.10	鉄板油	0.00	豚ももこま肉	10.00
にんじん	25.00	酒	0.45			中濃ソース	3.00	酒	1.00
たまねぎ	35.00	酢	0.45	【浅漬け】		トマトケチャップ	4.00	しょうゆ	1.50
キャベツ	40.00	塩	0.01	キャベツ	40.00			白いりごま	1.00
根しょうが	0.50	さとう	0.45	にんじん	10.00	【じゃこキャベツ】		ながねぎ	3.00
にんにく	0.50	刻みのり	0.30	きゅうり	15.00	ちりめんじゃこ	4.00	にんにく	0.30
塩	0.90			塩	0.46	キャベツ	50.00	ごま油	1.00
こしょう	0.03	【■さわらの利休焼】				にんじん	10.00	じゃがいも	90.00
しょうゆ	1.35	さわら切身40g	0.00	【野菜とえのきのみそ汁】		刻み昆布	0.60	たまねぎ	40.00
けずり節	2.00	さわら切身50g	0.00	だいこん	20.00	根しょうが	0.25	にんじん	10.00
水	55.00	さわら切身60g	0.00	にんじん	10.00	白いりごま	1.20	糸こんにゃく	15.00
		さわら切身70g	70.00	ながねぎ	10.00	ごま油	0.36	(冷) さやえんどう	5.00
【にんじんサラダ】		酒	1.00	えのきたけ	15.00	しょうゆ	1.20	油	1.00
にんじん	35.00	みそ	3.50	えのきたけ	15.00	みりん	0.60	さとう	3.00
キャベツ	20.00	みりん	1.00	カットわかめ	0.30	塩	0.06	しょうゆ	3.50
ローズハム干切り	10.00	白つきごま	1.30	豆腐(絹ごし)	20.00			みりん	1.50
油	0.50	鉄板油	1.00	赤みそ	6.00	【#田舎汁(じゃが芋)】		トウバンジャン	0.20
白つきごま	0.50			みそ	6.00	鶏もも皮なしこま肉	10.00	塩	0.20
さとう	1.00	【●菜の花の和え物】		けずり節	4.00	ごぼう	8.00	水	15.00
しょうゆ	2.00	なばな	20.00	水	130.00	だいこん	20.00		
塩	0.30	にんじん	15.00	【果物(はるか1/4)】		にんじん	10.00	【◆チンゲン菜のからしあえ】	
酢	1.50	もやし	25.00	はるか	50.00	じゃがいも	20.00	もやし	30.00
ごま油	0.50	油揚げ	4.00			こんにゃく短冊	8.00	チンゲンツァイ	15.00
		さとう	0.80	【牛乳】		生揚げ	15.00	にんじん	5.00
【果物(はるみ1/4)】		しょうゆ	2.50	★牛乳	206.00	ながねぎ	5.00	かまぼこ	5.00
はるみ(砂じょう、生)	50.00	みりん	2.00			油	0.60	しょうゆ	2.00
【牛乳】		塩	0.05			みそ	6.00	みりん	1.60
★牛乳	206.00	かつおぶし粉	0.50			赤みそ	6.00	さとう	0.10
		【◆すまし汁(かまぼこ・わかめ)】				けずり節	4.00	塩	0.10
		鶏もも皮なしこま肉	10.00			水	120.00	からし(粉)	0.08
		型抜きかまぼこ	8.00			【牛乳】		【牛乳】	
		カットわかめ	0.50			★牛乳	206.00	★牛乳	206.00
		ながねぎ	13.00						
		えのきたけ	13.00						
		絹ごし豆腐	20.00						
		しょうゆ	1.40						
		塩	1.00						
		けずり節	4.00						
		だしこんぶ	0.20						
		水	140.00						
		【■黄桃缶】							
		黄桃缶	50.00						
		【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)

0:通常献立 換算学年：センタ

2026年 3月 1日 ~ 2026年 3月31日

センター檜原2

2026-02-09 印刷

3月 9日(月)		3月10日(火)		3月11日(水)		3月12日(木)		3月13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】		【◆ご飯】		【●三陸わかめごはん(岩手・三陸)】		【スパゲティミートソース】		【赤飯(豆後)】	
米	91.00	米	91.00	米	91.00	★スパゲティ	93.00	米	77.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	オリーブ油	3.50	もち米	10.00
				国産わかめご飯の素	2.00			ささげ	5.00
【ハッシュドビーフ】		【♪はち大根と豚肉の角煮】		【ささかまぼこの南部揚げ(宮城)】				水	0.00
牛肩こま肉	30.00	豚もも角切り肉	30.00	女川産笹かまぼこ	60.00	豚もも挽肉	55.00	黒いりごま	1.50
赤ワイン	1.00	豚かた角切り肉	30.00	黒いりごま	2.00	赤ワイン	2.60	塩	0.40
たまねぎ	105.00	根しょうが	1.40	水	0.00	たまねぎ	110.00		
にんじん	20.00	だいこん	95.00	★薄力粉	6.00	にんじん	30.00	【◆鶏肉の唐揚げ】	
しめじ	9.00	水	17.00	でんぷん	5.00	セロリー	1.50	鶏もも切身40g	0.00
にんにく	0.30	酒	3.30	揚げ油	6.00	にんにく	0.50	鶏もも切身50g	0.00
根しょうが	0.40	さとう	1.80	【八杯汁(福島料理)】		油	1.50	鶏もも切身60g	0.00
油	2.00	しょうゆ	8.80	油揚げ	4.00	ホールトマト	20.00	鶏もも切身70g	0.00
★薄力粉	9.00	みりん	3.80	ごぼう	10.00	トマトケチャップ	14.00	根しょうが	1.50
★バター	4.00	でんぷん	2.20	さといも	15.00	トマトピューレ	27.00	にんにく	0.50
油	4.00	チンゲンツァイ	40.00	豆腐(絹ごし)	20.00	ウスターソース	4.50	酒	1.50
トマトケチャップ	8.00	【ワンタンスープ】		にんじん	10.00	中濃ソース	1.00	しょうゆ	4.00
トマトピューレ	13.00	★ワンタンの皮	10.00	ながねぎ	10.00	塩	0.60	でんぷん	7.00
ウスターソース	2.50	豚ももこま肉	15.00	だいこん	20.00	★チーズ	3.00	揚げ油	4.00
塩	1.00	にんじん	15.00	はくさい	10.00	【●オニオンドレッシングサラダ】		【◆筑前煮(6割)】	
こしょう	0.03	ながねぎ	15.00	干しいたけ(スライス)	0.80	キャベツ	45.00	鶏もも角切り肉	20.00
しょうゆ	1.30	もやし	20.00	油	1.00	にんじん	10.00	さといも	15.00
さとう	0.50	はくさい	20.00	塩	0.60	きゅうり	15.00	焼き竹輪	10.00
★ナチュラルチーズ	2.50	干しいたけ(スライス)	1.00	しょうゆ	2.40	(冷)ホールコーン	7.00	にんじん	15.00
水	65.00	塩	0.70	けずり節	4.00	酢	2.00	ごぼう	15.00
【わかめサラダ】		こしょう	0.03	水	120.00	油	2.00	こんにやく短冊	15.00
カットわかめ	1.00	しょうゆ	3.00	でんぷん	2.00	しょうゆ	2.60	たけのこレトルトパウチ	12.00
キャベツ	20.00	ごま油	0.20	【切干大根とツナの炒め煮】		塩	0.20	(冷)さやえんどう	5.00
にんじん	5.00	けずり節	4.00	切干しだいこん	9.00	さとう	1.00	油	0.60
もやし	20.00	水	135.00	にんじん	5.00	たまねぎ	6.00	さとう	1.20
(冷)ホールコーン	10.00	【♪干しいものカップケーキ】		ツナ	3.00	【アップルポンチ(ミックス50)】		塩	0.03
しょうゆ	3.00	★薄力粉	13.00	しょうゆ	1.30	フルーツミックス缶	50.00	しょうゆ	2.70
酢	1.00	ベーキングパウダー	0.40	さとう	0.70	りんご(ストレージュース)	30.00	酒	0.60
さとう	1.00	さとう	7.00	酢	0.50			水	12.00
白いりごま	1.00	★殺菌液卵	8.00	塩	1.00	【牛乳】			
ごま油	1.00	★バター	4.00	ごま油	0.70	★牛乳	206.00	【◆かきたま汁(かまぼこ)】	
【手作りいちごソースヨーグルト】		★調理用牛乳	5.00	白いりごま	0.70			型抜きかまぼこ(桜ピンク)	5.00
★調理用ヨーグルト	50.00	ほしいも	10.00	【果物(せとか1/4)】				★卵	20.00
いちご	30.00	ミニマドレーヌカップ	1.00	せとか(砂じょう、生)	50.00			豆腐(絹ごし)	20.00
さとう	10.00	【牛乳】						にんじん	15.00
レモン(果汁、生)	0.25	★牛乳	206.00	【牛乳】				たまねぎ	20.00
【オレンジジュース】				★牛乳	206.00			こまつな	10.00
温州蜜柑(濃縮還元ジュース)	180.00							塩	1.00
								しょうゆ	2.00
								けずり節	3.00
								水	130.00
								でんぷん	1.00
								【果物(いちご2個)】	
								いちご 2L	40.00
								【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)

0: 通常献立 換算学年： センタ

2026年 3月 1日 ~ 2026年 3月31日

センター檜原2

2026-02-09 印刷

3月16日(月)		3月17日(火)		3月18日(水)		3月23日(月)		3月24日(火)	
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
【ポークカレーライス】		【氏照ごはん】		【ソフトフランスパン】		【▲ブルコギチャーハン】		【エビピラフ】	
米	95.00	米	78.00	★ソフトフランスパン40g	0.00	米	82.00	米	80.00
水	0.00	もち米	4.00	★ソフトフランスパン50g	0.00	水	0.00	水	0.00
豚ももこま肉	30.00	米粒麦	4.00	★ソフトフランスパン60g	0.00	牛肩こま肉	25.00	★むきえび	20.00
じゃがいも	55.00	きび	2.50	★ソフトフランスパン70g	70.00	酒	1.00	鶏もも皮なしこま肉	10.00
たまねぎ	75.00	赤米	2.50			さとう	0.50	たまねぎ	15.00
にんじん	20.00	水	0.00	【タンドリーチキン】		しょうゆ	1.00	にんじん	15.00
にんにく	0.20			鶏もも切身40g	0.00	にんにく	0.20	(冷)ホールコーン	10.00
根しょうが	0.80	【魚の桜あられ揚げ】		鶏もも切身50g	0.00	油	0.50	(冷)むき枝豆	5.00
油	1.70	ししゃも	0.00	鶏もも切身60g	0.00	たけのこレトルトパウチ	15.00	油	1.50
★薄力粉	6.00	★薄力粉	6.50	鶏もも切身70g	70.00	ながねぎ	20.00	塩	1.00
★バター	3.00	でんぷん	2.60	にんにく	0.25	にんじん	15.00	こしょう	0.03
油	3.00	水	9.00	根しょうが	0.70	根しょうが	0.30		
カレー粉	0.50	五色ぶぶあられ	13.00	★調理用ヨーグルト	6.50	油	1.00	【はくさいのクリーム煮】	
トマトケチャップ	4.50	揚げ油	6.50	トマトケチャップ	3.50	しょうゆ	4.10	じゃがいも	30.00
ウスターソース	1.00			カレー粉	0.35	さとう	1.30	ベーコン短冊	10.00
中濃ソース	1.70	【小田原かまぼこのごま和え】		塩	0.25	塩	0.40	鶏もも皮なしこま肉	20.00
塩	1.65	こまつな	20.00	こしょう	0.03	ごま油	0.60	にんじん	20.00
こしょう	0.02	もやし	30.00	鉄板油	0.00	白いりごま	1.00	たまねぎ	50.00
カレー粉	0.50	にんじん	7.00					はくさい	45.00
しょうゆ	1.40	小田原かまぼこ	7.00	【ペペロンチーノ】		【■棒餃子】		油	1.10
★バター	1.50	さとう	2.00	★ペンネ	30.00	豚もも挽肉	20.00	★薄力粉	7.50
水	82.00	しょうゆ	2.60	キャベツ	10.00	にら	3.00	油	4.00
		塩	0.13	にんにく	0.70	はくさい	5.00	★バター	3.00
【フレンチサラダ】		白いりごま	1.50	オリーブ油	3.00	根しょうが	0.10	★調理用牛乳	50.00
(冷)むき枝豆	5.00			塩	0.60	にんにく	0.10	水	40.00
(冷)ホールコーン	5.00	【トントロリンスープ(寄居)】		たかのつめ	0.01	はるさめ	1.00	塩	1.20
キャベツ	45.00	豚ももこま肉	10.00			でんぷん	1.00	こしょう	0.03
きゅうり	8.00	根しょうが	0.35	【ミネストローネ】		しょうゆ	1.50	★生クリーム	2.00
にんじん	8.00	しょうゆ	0.60	ベーコン短冊	10.00	塩	0.15		
酢	2.00	でんぷん	0.80	油	0.40	ごま油	0.15	【大根のフレンチサラダ】	
オリーブ油	2.50	にんじん	7.00	じゃがいも	20.00	★春巻きの皮	15.00	だいこん	30.00
さとう	1.30	ながねぎ	13.00	たまねぎ	30.00	油	0.30	きゅうり	25.00
塩	0.50	えのきたけ	6.00	にんじん	15.00	鉄板油	0.00	にんじん	15.00
からし(粉)	0.05	(冷)ホールコーン	12.00	キャベツ	35.00			酢	2.40
		ほうれんそう	13.00	ホールトマト	40.00	【中華スープ】		オリーブ油	3.00
【フルーツ白玉】		★卵	20.00	セロリー	1.00	ベーコン短冊	10.00	さとう	1.10
フルーツミックス缶	50.00	しょうゆ	3.00	塩	0.80	チンゲンツァイ	12.00	塩	0.50
冷凍メルト白玉	30.00	塩	0.60	こしょう	0.02	たまねぎ	25.00	からし(粉)	0.06
		こしょう	0.01	けずり節	4.00	にんじん	10.00		
【牛乳】		けずり節	4.00	水	100.00	きくらげ	0.60	【牛乳】	
★牛乳	206.00	水	130.00			干しいたけ(スライス)	0.80	★牛乳	206.00
		でんぷん	1.20	【牛乳】		豆腐(絹ごし)	20.00		
				★牛乳	206.00	塩	1.10		
		【牛乳】				しょうゆ	2.00		
		★牛乳	206.00			こしょう	0.03		
						けずり節	4.00		
						水	130.00		
						ごま油	0.50		
						【果物(フルーツ缶)】			
						フルーツミックス缶	50.00		
						【牛乳】			
						★牛乳	206.00		