

(小麦, そば, 卵, 乳, えび, かに, 落花生, くるみ)

※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

0:通常献立 換算学年： センタ

センター檜原2 2026-06-03 印刷

7月 1日(水)		7月 2日(木)		7月 3日(金)		7月 6日(月)		7月 7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
【◆ごはん (91)】		【●きなこ揚げパン】		【◆ごはん (91)】		【◆海鮮あんかけやきそば】		【五目ずし】	
米	91.00	★コッペパン70g	70.00	米	91.00	★むし中華めん	155.00	米	80.00
水	0.00	きな粉	8.00	水	0.00	豚ももこま肉	25.00	水	0.00
		さとう	6.00			★むきえび	20.00	酢	3.50
【さばの香味焼き】		グラニュー糖	2.00	【◆はち大根と豚の角煮】		いか短冊	20.00	さとう	2.50
さば切身70g	70.00	塩	0.08	豚かた角切り肉	70.00	にんじん	15.00	根しょうが	1.00
根しょうが	0.30	揚げ油	7.00	根しょうが	1.30	たけのこレトルトパウチ	15.00	鶏ももこま肉	15.00
にんにく	0.30			だいこん	90.00	たまねぎ	30.00	干しいたけ(スライス)	0.90
ながねぎ	0.50	【ウインナーポトフ】		水	15.00	キャベツ	40.00	かんぴょう	1.00
みそ	2.50	ウインナー1cm輪切り	20.00	酒	3.00	もやし	30.00	にんじん	15.00
しょうゆ	1.80	鶏ももこま肉	15.00	さとう	1.60	にら	5.00	油揚げ	10.00
みりん	0.70	じゃがいも	45.00	しょうゆ	8.00	きくらげ	1.00	(冷) むき枝豆	5.00
鉄板油	1.00	にんじん	15.00	みりん	3.50	にんにく	0.30	さとう	2.00
		たまねぎ	30.00	でんぶん	2.00	根しょうが	0.50	しょうゆ	4.00
【#小松菜と油揚げの煮びたし】		キャベツ	35.00	チンゲンツァイ	40.00	油	1.00	白	1.10
こまつな	20.00	塩	0.90			しょうゆ	2.00	白いりごま	1.00
はくさい	20.00	こしょう	0.02	【◆わかめと卵のスープ】		塩	0.85	★むきえび	25.00
もやし	20.00	しょうゆ	1.00	鶏もも皮なしこま肉	15.00	こしょう	0.03	酒	0.45
にんじん	10.00	油	0.50	★卵	20.00	ごま油	0.70	酢	0.45
油揚げ	6.00	けずり節	2.00	カットわかめ	1.00	水	1.00	塩	0.01
さとう	1.00	水	60.00	たまねぎ	25.00	でんぶん	3.00	さとう	0.45
塩	0.08			豆腐(絹ごし)	25.00			きざみのり	0.30
酒	0.50	【大根のフレンチサラダ】		塩	1.00	【◆青のりポテト】			
しょうゆ	3.00	だいこん	30.00	こしょう	0.02	くし型ポテト	90.00	【◆笹の葉揚げ】	
かつおぶし粉	0.50	にんじん	10.00	しょうゆ	2.00	揚げ油	4.00	ささかまぼこ	60.00
水(だし汁)	1.50	(冷) ホールコーン	5.00	でんぶん	1.20	塩	0.20	★殺菌液卵	3.50
		きゅうり	25.00	けずり節	4.00	青のり	0.20	水	3.00
【◆けんちん汁】		さとう	1.10	水	125.00			★薄力粉	7.00
豆腐(絹ごし)	20.00	塩	0.50			【わかめとえのきのスープ】		桑の葉(粉)	0.15
油揚げ	8.00	こしょう	0.02	【■果物(小玉すいか1/16)】		鶏もも皮なしこま肉	10.00	揚げ油	3.00
ごぼう	10.00	サラダ油	3.00	小玉すいか	70.00	にんじん	10.00		
にんじん	15.00	からし(粉)	0.06			豆腐(絹ごし)	15.00	【野菜の南蛮漬け】	
ながねぎ	10.00	酢	2.40	【牛乳】		えのきたけ	15.00	きゅうり	10.00
じゃがいも	15.00			★牛乳	206.00	カットわかめ	0.80	だいこん	20.00
だいこん	20.00	【果物(パレンシアオレンジ)】				ながねぎ	10.00	キャベツ	15.00
こんにゃく色紙	10.00	パレンシアオレンジ	50.00			塩	0.80	にんじん	10.00
サラダ油	0.80					こしょう	0.02	ごま油	0.50
塩	0.50	【牛乳】				しょうゆ	1.20	しょうゆ	2.00
しょうゆ	6.00	★牛乳	206.00			けずり節	4.00	さとう	0.80
けずり節	4.00					水	130.00	塩	0.06
水	115.00							酢	0.60
						【牛乳】		一味唐辛子	0.01
【果物(冷凍みかん)】						★牛乳	206.00		
(冷) みかん	50.00							【七夕汁】	
								鶏もも皮なしこま肉	10.00
【牛乳】								★そうめん	5.00
★牛乳	206.00							豆腐(絹ごし)	20.00
								にんじん	10.00
								だいこん	20.00
								ながねぎ	5.00
								型抜きかまぼこ(ほし)	10.00
								塩	1.00
								しょうゆ	1.20
								けずり節	4.00
								水	135.00
								【牛乳】	
								★牛乳	206.00

[詳細献立表]

※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。
※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。

選択アレルギー：8大アレルギー

0:通常献立 換算学年： センタ

2026年 7月 1日 ～ 2026年 7月31日

センター楢原2

2026-06-03 印刷

7月 8日(水)		7月 9日(木)		7月10日(金)		7月13日(月)		7月14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
【◆夏野菜のカレーライス】		【◆ごはん (91)】		【◆ごはん (91)】		【ガーリックコーンライス】		【◆下中玉ねぎの豚丼】	
米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	88.00	米	95.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00
豚かた角切り肉	20.00					たまねぎ	5.00	豚ももこま肉	50.00
じゃがいも	30.00	【◆マーボー豆腐】		【◆さわらの照り焼き】		にんにく	0.50	豚かたこま肉	20.00
たまねぎ	50.00	豆腐 (絹ごし)	100.00	さわら切身70g	70.00	ピーマン	1.50	しらたき	30.00
にんじん	20.00	豚もも挽肉	30.00	酒	2.00	(冷) ホールコーン	5.00	たまねぎ	40.00
かぼちゃ	25.00	ながねぎ	20.00	塩	0.20	塩	0.70	根しょうが	1.00
なす	15.00	たまねぎ	15.00	みりん	1.30	黒こしょう	0.02	さとう	3.50
サラダ油	1.00	にんじん	30.00	さとう	1.00	オリーブ油	2.00	みりん	2.50
にんにく	0.20	にら	4.00	しょうゆ	4.00			しょうゆ	8.50
根しょうが	0.70	根しょうが	1.50	水	2.00	【◆八王子産はちみつマスタードチキン】			
油	1.30	にんにく	0.40	でんぶん	0.40	鶏もも切身70g	70.00	【◆ピリ辛もやし】	
★薄力粉	6.00	干ししいたけ(スライス)	0.50	鉄板油	0.50	塩	0.20	もやし	35.00
★バター	3.00	サラダ油	1.00			こしょう	0.02	にんじん	5.00
サラダ油	3.00	さとう	1.60	【◆ごま和え】		酒	1.00	きゅうり	25.00
カレー粉	0.40	しょうゆ	6.00	こまつな	20.00	でんぶん	7.00	ごま油	0.50
トマトケチャップ	4.50	赤みそ	6.00	もやし	30.00	揚げ油	4.00	酢	1.00
ウスターソース	1.70	水	22.00	にんじん	10.00	練りマスタード	3.00	しょうゆ	2.00
中濃ソース	1.00	でんぶん	2.20	えのきたけ	5.00	はちみつ	3.00	塩	0.10
塩	1.30	ごま油	0.50	油揚げ	5.00	★マヨネーズ	7.00	さとう	0.50
こしょう	0.02	トウバンジャン	0.15	さとう	1.80	酢	1.50	一味唐辛子	0.01
カレー粉	0.60			しょうゆ	2.80	水	2.50	白いりごま	1.00
しょうゆ	1.40	【◆中華サラダ】		白つきごま	2.00				
水	75.00	はるさめ	2.00			【◆ツナと大根のサラダ】		【◆こまつなのかきたま汁】	
★バター	1.50	にんじん	10.00	【◆臭汁】		きゅうり	15.00	こまつな	20.00
		キャベツ	30.00	豚ももこま肉	10.00	にんじん	7.00	★卵	20.00
【大根とハムのサラダ】		もやし	20.00	大豆	5.00	(冷) ホールコーン	5.00	にんじん	15.00
だいこん	30.00	カットわかめ	0.50	にんじん	10.00	だいこん	40.00	しめじ	15.00
きゅうり	20.00	ポークハム千切り	10.00	だいこん	20.00	ツナ	15.00	カットわかめ	0.40
にんじん	10.00	さとう	0.60	じゃがいも	15.00	しょうゆ	2.60	豆腐 (絹ごし)	25.00
ポークハム千切り	10.00	しょうゆ	2.20	たまねぎ	15.00	さとう	1.30	塩	1.00
酢	2.00	酢	2.00	干ししいたけ(スライス)	0.50	サラダ油	1.30	しょうゆ	1.50
オリーブ油	2.50	ごま油	0.60	油揚げ	6.00	ごま油	0.70	こしょう	0.02
さとう	1.20	塩	0.30	豆腐 (絹ごし)	15.00	酢	1.30	でんぶん	1.30
塩	0.50	こしょう	0.01	みそ	7.00	塩	0.13	けずり節	4.00
からし(粉)	0.05	白いりごま	1.00	赤みそ	6.00	こしょう	0.01	水	120.00
				煮干し	3.00				
【ミニトマト(1個)】		【◆茹でとうもろこし】		水	120.00	【ABCスープ】		【果物(バレンシアオレンジ)】	
ミニトマト	10.00	とうもろこし1/3カット	50.00			★アルファベットマカロニ	6.00	バレンシアオレンジ	50.00
		塩	0.20	【茎わかめのにんにく炒め】		鶏もも皮なしこま肉	10.00		
【◆ピーチヨーグルト】				くきわかめ	15.00	油	0.40	【牛乳】	
黄桃缶	40.00	【牛乳】		にんにく	0.50	たまねぎ	35.00	★牛乳	206.00
★調理用ヨーグルト	40.00	★牛乳	206.00	ごま油	0.60	にんじん	15.00		
				しょうゆ	0.90	キャベツ	30.00		
【牛乳】				みりん	1.00	ホールのトマト	30.00		
★牛乳	206.00			白いりごま	1.00	トマト	10.00		
						セロリー	1.00		
				【牛乳】		塩	1.00		
				★牛乳	206.00	こしょう	0.02		
						けずり節	4.00		
						水	100.00		
						【牛乳】			
						★牛乳	206.00		

[詳細献立表]

※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。
※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。

選択アレルギー：8大アレルギー

(小麦、そば、卵、乳、えび、かに、落花生、くるみ)

0:通常献立 換算学年： センタ

2026年 7月 1日 ～ 2026年 7月31日

センター檜原2

2026-06-03 印刷

7月23日(木)									
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
【▲ブルコギチャーハン】									
米	80.00								
水	0.00								
牛肩こま肉	20.00								
酒	1.00								
さとう	0.50								
しょうゆ	1.00								
にんにく	0.20								
油	0.50								
たけのこレトルトパウチ	15.00								
(冷) ホールコーン	10.00								
ながねぎ	20.00								
にんじん	15.00								
根しょうが	0.30								
サラダ油	1.00								
しょうゆ	4.00								
さとう	1.00								
塩	0.40								
ごま油	0.60								
【■棒餃子】									
豚もも挽肉	20.00								
にら	3.00								
はくさい	5.00								
根しょうが	0.10								
にんにく	0.10								
はるさめ	1.00								
でんぶん	1.00								
しょうゆ	1.00								
塩	0.15								
ごま油	0.15								
★春巻きの皮	15.00								
油	0.30								
鉄板油	0.00								
【♦たまご入り中華スープ】									
鶏もも皮なしこま肉	15.00								
チンゲンツァイ	15.00								
たまねぎ	20.00								
にんじん	15.00								
きくらげ	0.60								
★卵	20.00								
塩	0.80								
しょうゆ	2.00								
こしょう	0.02								
けずり節	4.00								
水	130.00								
でんぶん	0.70								
【♦フルーツ白玉】									
フルーツミックス缶	60.00								
冷凍メルト白玉	25.00								
【牛乳】									
★牛乳	206.00								