

[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

2025年 4月 1日 ~ 2025年 4月30日

センター寺田

4月 9日(水)		4月10日(木)		4月11日(金)		4月14日(月)		4月15日(火)	
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	
	g		g		g		g		g
【◆ごはん】		【◆ごはん】		【◆ごはん】		【◆ごはん】		【■たけのこごはん】	
米	95.00	米	95.00	米	95.00	米	95.00	米	85.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00
								しょうゆ	2.50
【◆鮭の塩焼き】		【●豚と新玉のしょうが焼き】		【◆マーボー豆腐】		【■豚キムチ】		たけのこ(ゆで)	25.00
甘塩鮭切身 70 g	70.00	豚ももこま肉	30.00	豆腐(絹ごし)	100.00	豚バラこま肉	20.00	鶏もも皮なしこま肉	6.00
		豚バラこま肉	40.00	豚かた挽肉	30.00	豚ももこま肉	10.00	油揚げ	7.00
【◆筑前煮】		酒	0.70	ながねぎ	20.00	にんにく	0.30	しょうゆ	2.00
鶏ももこま肉	25.00	しょうゆ	5.50	たまねぎ	15.00	酒	0.30	塩	0.35
じゃがいも	30.00	根しょうが	0.70	にんじん	30.00	しょうゆ	1.00	さとう	0.30
焼き竹輪	10.00	たまねぎ	60.00	にら	4.00	キムチ漬け	20.00	酒	1.00
にんじん	15.00	塩	0.10	根しょうが	1.50	八王子産白菜キムチ	20.00	水	0.00
ごぼう	20.00	こしょう	0.01	にんにく	0.40	根しょうが	1.00		
こんにゃく角	15.00	油	1.00	干しいたけ(スライス)	0.50	たまねぎ	15.00	【さばのおろしソース】	
たけのこレトルトパウチ	15.00			油	1.00	にら	5.00	さば切身70g	70.00
さやいんげん	4.00	【◆野菜のおかか和え】		さとう	2.20	ながねぎ	10.00	塩	0.20
油	0.85	こまつな	15.00	しょうゆ	6.00	もやし	30.00	こしょう	0.01
さとう	1.70	もやし	35.00	赤みそ	6.60	干しいたけ(スライス)	1.00	しょうゆ	1.00
塩	0.04	にんじん	10.00	水	22.00	油	0.50	鉄板油	0.00
しょうゆ	3.80	さとう	1.10	でんぶん	2.20	塩	0.40	だいこん	20.00
酒	0.90	しょうゆ	2.00	ごま油	0.55	しょうゆ	3.00	根しょうが	0.30
水(だし汁)	17.00	塩	0.26	トウバンジャン	0.15	酒	1.00	しょうゆ	1.20
		かつおぶし粉	0.20			こしょう	0.03	みりん	1.50
【キャベツのみそ汁】				【■ポップビーンズ】		水	10.00	さとう	0.30
ながねぎ	15.00	【◆田舎汁】		大豆	15.00	でんぶん	1.30	でんぶん	0.15
油揚げ	7.00	鶏むねこま肉	5.00	でんぶん	4.50	ごま油	0.50		
キャベツ	35.00	ごぼう	12.00	揚げ油	3.00			【◆野菜の彩り和え】	
豆腐(絹ごし)	20.00	だいこん	20.00	青のり	0.15	【◆ツナとキャベツのサラダ】		こまつな	15.00
カットわかめ	0.30	にんじん	15.00	塩	0.15	きゅうり	12.00	もやし	35.00
みそ	5.00	じゃがいも	20.00			にんじん	6.00	にんじん	12.00
赤みそ	6.00	こんにゃく短冊	12.00	【◆中華スープ】		(冷) ホールコーン	7.00	油揚げ	7.00
けずり節	4.00	生揚げ	15.00	鶏もも皮なしこま肉	10.00	だいこん	9.00	かつおぶし粉	0.30
水	130.00	油	0.60	チンゲンツァイ	20.00	キャベツ	36.00	塩	0.10
		みそ	5.00	たまねぎ	25.00	ツナ	10.00	みりん	2.00
【牛乳】		赤みそ	6.00	にんじん	10.00	しょうゆ	2.20	さとう	0.50
牛乳	206.00	煮干し	3.00	えのきたけ	10.00	さとう	1.10	しょうゆ	2.50
		水	125.00	カットわかめ	0.40	油	0.90		
				塩	0.90	ごま油	0.60	【◆かぶのみそ汁】	
		【牛乳】		しょうゆ	2.00	酢	1.10	かぶ	25.00
		牛乳	206.00	こしょう	0.02	塩	0.12	にんじん	10.00
				けずり節	4.00	黒こしょう	0.04	ながねぎ	10.00
				水	140.00			えのきたけ	10.00
				ごま油	0.40	【◆くずきりスープ】		カットわかめ	0.30
						鶏ももこま肉	5.00	豆腐(絹ごし)	15.00
				【牛乳】		にんじん	10.00	油揚げ	5.00
				牛乳	206.00	たけのこレトルトパウチ	10.00	赤みそ	6.00
						はくさい	30.00	みそ	5.00
						ながねぎ	15.00	煮干し	3.00
						くずきり	6.00	水	130.00
						塩	1.00		
						しょうゆ	2.00	【牛乳】	
						けずり節	4.00	牛乳	206.00
						水	130.00		
						白いりごま	2.00		
						【果物】			
						清見オレンジ	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

2025年 4月 1日 ~ 2025年 4月30日

センター寺田

4月16日(水)		4月17日(木)		4月18日(金)		4月21日(月)		4月22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
【●あんかけやきそば】		【◆ポークカレーライス】		【◆ごはん】		【赤米ごはん】		【◆ビビンバ(大根)】	
★むし中華めん	150.00	米	95.00	米	95.00	米	85.00	米	95.00
油	2.00	水	0.00	水	0.00	もち米	5.00	水	0.00
しょうゆ	1.00	豚かた角切り肉	20.00			赤米	5.00	豚もも干切肉	25.00
		じゃがいも	60.00	【■ししゃもの磯辺天】		水	0.00	豚肩干切り肉	10.00
豚ももこま肉	25.00	たまねぎ	75.00	ししゃも	40.00			にんにく	0.50
たけのこレトルトパウチ	15.00	にんじん	20.00	青のり	0.20	【◆鮎の甘辛竜田揚げ】		根しょうが	0.50
にんじん	20.00	にんにく	0.20	水	7.50	さわら切身70g	70.00	切干しだいこん	5.00
たまねぎ	35.00	根しょうが	0.80	★小麦粉	5.00	根しょうが	1.00	ごま油	1.00
キャベツ	55.00	油	1.70	コーンスターチ	2.00	にんにく	0.40	トウバンジャン	0.13
もやし	35.00	★小麦粉	8.00	揚げ油	4.00	しょうゆ	2.00	酒	1.30
にら	5.00	★バター	4.00			酒	1.00	さとう	3.00
干しいたけ(スライス)	1.00	油	4.50	【#きゅうりとかぶの南蛮漬け】		でんぶん	6.00	しょうゆ	4.00
にんにく	0.30	カレー粉	0.50	きゅうり	20.00	揚げ油	4.00	みりん	2.50
根しょうが	0.50	トマトケチャップ	4.50	かぶ	25.00	しょうゆ	3.50	にんじん	10.00
油	1.00	ウスターソース	1.00	にんじん	10.00	さとう	2.50	もやし	30.00
しょうゆ	2.30	中濃ソース	1.70	ごま油	0.50	みりん	2.00	こまつな	15.00
酒	1.00	塩	1.65	しょうゆ	2.00	水	1.00	塩	0.40
塩	1.00	こしょう	0.02	さとう	0.80			白すりごま	0.60
こしょう	0.02	カレー粉	0.60	塩	0.06	【●五目きんぴら】		ごま油	1.00
ごま油	0.50	しょうゆ	1.40	酢	0.60	にんじん	15.00		
水	10.00	水	82.00	一味唐辛子	0.01	ごぼう	15.00	【◆チンゲン菜と卵のスープ】	
でんぶん	2.00					糸こんにゃく	13.00	チンゲンツァイ	20.00
		【◆コールスロー】		【◆豚と豆の角煮風】		れんこん	13.00	★卵	20.00
【#青のりポテト】		キャベツ	50.00	豚かたこま肉	12.00	さつま揚げ	5.00	にんじん	15.00
くし型ポテト	90.00	(冷) ホールコーン	10.00	大豆	12.00	(冷) さやいんげん	5.00	しめじ	15.00
揚げ油	3.00	にんじん	8.00	根しょうが	0.85	一味唐辛子	0.01	カットわかめ	0.50
塩	0.25	酢	2.00	しょうゆ	4.00	油	1.00	豆腐(絹ごし)	25.00
青のり	0.20	油	1.50	さとう	3.00	しょうゆ	3.50	塩	1.00
		からし(粉)	0.05	酒	1.20	さとう	1.20	しょうゆ	1.20
【コーンと卵のスープ】		さとう	1.30	みりん	1.20	酒	1.00	こしょう	0.02
★卵	20.00	塩	0.40			ごま油	0.30	でんぶん	1.30
たまねぎ	20.00			【#かきたま汁】				けずり節	4.00
(冷) ホールコーン	10.00	【フルーツヨーグルト】		★卵	20.00	【◆春のすまし汁】		水	125.00
クリームコーン缶	40.00	フルーツミックス缶	35.00	豆腐(絹ごし)	25.00	型抜きかまぼこ	10.00		
塩	0.90	★調理用ヨーグルト	40.00	にんじん	10.00	カットわかめ	0.40	【桃りんごゼリー】	
こしょう	0.03			たまねぎ	35.00	豆腐(絹ごし)	25.00	粉寒天	0.40
けずり節	4.00	【牛乳】		こまつな	10.00	えのきたけ	10.00	さとう	4.00
水	130.00	牛乳	206.00	塩	1.00	ながねぎ	15.00	水	10.00
でんぶん	0.50			こしょう	0.03	こまつな	15.00	りんごジュース	45.00
				しょうゆ	1.20	しょうゆ	1.20	黄桃缶	30.00
【牛乳】				でんぶん	1.00	塩	0.90		
牛乳	206.00			けずり節	4.00	酒	1.00	【牛乳】	
				水	120.00	けずり節	3.00	牛乳	206.00
				【牛乳】		だしこんぶ	0.10		
				牛乳	206.00	水	140.00		
						【果物】			
						デコボン	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

2025年 4月 1日 ~ 2025年 4月30日

センター寺田

4月23日(水)		4月24日(木)		4月25日(金)		4月28日(月)		4月30日(水)	
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】		【#ミルクパン】		【●かてめし】		【ハ王子ナポリタン】		【◆ごはん】	
米	95.00	★ミルクパン70g	70.00	米	85.00	★スパゲティ	90.00	米	95.00
水	0.00			水	0.00	ゆで塩	0.00	水	0.00
		【◎スパイシーチキン】		根しょうが	1.00	オリーブ油	3.30		
【◆ひじきと豆腐のハンバーグ】		鶏もも皮なし切身70g	70.00	鶏もも皮なしこま肉	12.00	ベーコン千切り	5.00	【◆いかのネギ塩焼き】	
1/2絞り豆腐	45.00	根しょうが	0.50	にんじん	12.00			いか切身70g	70.00
豚もも挽肉	20.00	にんにく	0.30	干しいたけ(スライス)	1.00	ウィンナー	22.00	根しょうが	0.50
豚かた挽肉	15.00	たまねぎ	5.50	油揚げ	5.00	にんにく	0.72	にんにく	0.90
たまねぎ	40.00	白ワイン	1.80	(冷) さやいんげん	5.00	たまねぎ	45.00	ながねぎ	5.50
油	0.40	チリパウダー	0.13	みりん	2.00	ピーマン	18.00	酒	1.40
芽ひじき	0.60	パプリカ(粉)	0.28	しょうゆ	5.50	にんじん	27.00	みりん	1.40
★卵	6.50	黒こしょう	0.02	酒	1.30	キャベツ	27.00	塩	0.70
★パン粉	6.50	塩	0.40	油	1.00	オリーブ油	2.70	黒こしょう	0.02
★スキムミルク	2.00	オリーブ油	1.00			トマトケチャップ	27.00	しょうゆ	0.70
塩	0.40			【#桑都焼き】		トマトビュレ	12.60	ごま油	0.30
こしょう	0.03	【●ポテトカルボナーラ】		さごち切身70g	70.00	みそ	3.60	白すりごま	1.40
鉄板油	0.00	じゃがいも	85.00	★マヨネーズ	5.00	塩	0.90	鉄板油	0.00
しょうゆ	1.50	(冷) グリンピース	6.00	みそ	3.00	こしょう	0.03		
みりん	1.50	ベーコン千切り	3.50	桑の葉粉	0.14	さとう	1.26	【■じゃこキャベツ】	
さとう	0.30	にんにく	0.35	酒	0.70	トマトケチャップ	5.40	キャベツ	40.00
水(だし汁)	5.00	油	0.30	塩	0.50			こまつな	15.00
でんぶん	0.20	★生クリーム	5.00	小判型カップ	1.00	たまねぎ	30.00	ちりめんじゃこ	5.00
		★調理用牛乳	5.00					根しょうが	0.30
【◆キャベツのからし和え】		★スキムミルク	2.00	【◆ごま和え】		【◆大根のフレンチサラダ】		ごま油	0.45
キャベツ	35.00	★ナチュラルチーズ	3.50	キャベツ	35.00	にんじん	12.00	しょうゆ	1.50
チンゲンツァイ	10.00	塩	0.30	にんじん	10.00	だいこん	35.00	みりん	0.70
にんじん	5.00	黒こしょう	0.02	しめじ	4.00	きゅうり	25.00	塩	0.07
かまぼこ	5.00			油揚げ	8.00	酢	2.00		
しょうゆ	2.00	【◆ミネストローネ】		さとう	1.20	オリーブ油	2.50	【●肉じゃが】	
みりん	1.60	★アルファベットマカロニ	6.00	しょうゆ	1.80	さとう	1.20	じゃがいも	100.00
さとう	0.10	ベーコン色紙	10.00	みりん	0.60	塩	0.50	豚かたこま肉	20.00
塩	0.10	油	0.40	白すりごま	1.20	からし(粉)	0.05	たまねぎ	55.00
からし(粉)	0.08	たまねぎ	40.00					にんじん	20.00
		にんじん	15.00	【すまし汁】		【◆オレンジポンチ】		糸こんにゃく	30.00
【◆具汁】		キャベツ	35.00	にんじん	7.00	フルーツミックス缶	50.00	(冷) さやいんげん	5.00
大豆	5.00	ホールトマト	40.00	えのきたけ	10.00	みかんジュース	30.00	油	1.00
にんじん	15.00	セロリー	1.00	豆腐(絹ごし)	25.00			さとう	2.50
だいこん	30.00	塩	1.00	こまつな	15.00	【牛乳】		しょうゆ	6.00
ながねぎ	15.00	こしょう	0.03	ながねぎ	15.00	牛乳	206.00	塩	0.10
油揚げ	10.00	けずり節	4.00	カットわかめ	0.30			水	25.00
豆腐(絹ごし)	10.00	水	100.00	しょうゆ	1.20				
こまつな	10.00			塩	0.90			【牛乳】	
みそ	5.00	【果物】		けずり節	4.00			牛乳	206.00
赤みそ	6.00	清見オレンジ	50.00	水	140.00				
けずり節	4.00								
水	115.00	【牛乳】		【果物】					
		牛乳	206.00	デコボン	50.00				
【牛乳】				【牛乳】					
牛乳	206.00			牛乳	206.00				