

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ)

2025年 5月 1日 ~ 2025年 5月31日

センター寺田

5月 1日(木)		5月 2日(金)		5月 7日(水)		5月 8日(木)		5月 9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
【エッグドライカレー】		【◆赤米ごはん】		【◆ごはん】		【◆ジャージャー麺】		【◆ルーローハン（魯肉飯）】	
米	95.00	米	87.00	米	95.00	★むし中華めん	150.00	米	95.00
カレー粉	0.25	もち米	5.00	水	0.00	油	2.00	水	0.00
水	0.00	赤米	3.00			豚もも挽肉	25.00		
		水	0.00	【鮭の塩焼き】		にんにく	0.40	豚バラ角切肉	30.00
豚かた挽肉	40.00			甘塩鮭 70 g	70.00	根しょうが	0.50	豚かた角切り肉	30.00
たまねぎ	115.00	【◆鱈のみそ焼き】		鉄板油	0.00	たまねぎ	30.00	根しょうが	1.30
にんじん	20.00	さわら切身 70 g	70.00			ながねぎ	20.00	だいこん	90.00
(冷) グリンピース	6.00	根しょうが	1.50	【◆春キャベツの彩り和え】		にんじん	10.00	水	15.00
にんにく	0.25	酒	2.50	こまつな	20.00	たけのこレトルトパウチ	10.00	酒	3.00
根しょうが	0.65	鉄板油	0.00	キャベツ	35.00	干しいたけ(スライス)	1.00	さとう	1.60
油	1.30	みそ	5.00	にんじん	15.00	油	1.00	しょうゆ	8.00
★小麦粉	2.00	みりん	2.50	かつおぶし粉	0.30	赤みそ	12.00	みりん	3.50
★バター	1.00	さとう	1.50	塩	0.10	さとう	1.50	でんぶん	2.00
油	1.25	水	2.00	みりん	2.00	酒	2.50	チンゲンツァイ	40.00
カレー粉	0.25			さとう	0.50	トウバンジャン	0.20		
トマトピューレ	6.50	【◆筍の筑前煮】		しょうゆ	2.50	しょうゆ	1.00	【タンファータン（蛋花湯）】	
ウスターソース	1.30	鶏ももこま肉	10.00			水	7.00	★卵	20.00
塩	1.15	じゃがいも	30.00	【◆呉汁】		もやし	35.00	ロースハム短冊	10.00
こしょう	0.04	白焼きちくわ	10.00	豚かたこま肉	10.00	きゅうり	12.00	にんじん	12.00
カレー粉	0.40	にんじん	15.00	大豆	5.00	白いりごま	1.00	たまねぎ	25.00
★うずらの卵	25.00	ごぼう	15.00	にんじん	15.00	塩	0.25	こまつな	20.00
		こんにゃく角	10.00	だいこん	30.00	こしょう	0.02	塩	0.84
【◆はち大根のフレンチサラダ】		たけのこ(ゆで)	25.00	ながねぎ	15.00			こしょう	0.02
にんじん	11.00	(冷) さやいんげん	5.00	油揚げ	10.00	【◎青のりポテト】		けずり節	4.00
だいこん	45.00	油	0.80	豆腐（絹ごし）	15.00	くし型ポテト	90.00	水	140.00
きゅうり	16.00	さとう	1.20	みそ	6.00	揚げ油	4.00	でんぶん	1.20
酢	2.00	塩	0.04	赤みそ	5.00	青のり	0.10	ごま油	0.36
オリーブ油	2.00	しょうゆ	3.20	煮干し	3.00	塩	0.20		
さとう	0.90	酒	0.80	水	115.00			【台湾・高雄のバイナッブルコンポート】	
塩	0.40	水（だし汁）	16.00			【◎わかめスープ】		バイナッブル	70.00
からし(粉)	0.05			【◎果物】		カットわかめ	1.00	さとう	4.50
		【端午のすまし汁】		湘南ゴールド	50.00	たまねぎ	30.00	白ワイン	3.00
【果物（りんご缶）】		鶏むねこま肉	10.00			(冷) ホールコーン	10.00	水	4.50
りんご(缶詰)	45.00	型抜きかまぼこ	8.00	【牛乳】		えのきたけ	8.00		
		豆腐（絹ごし）	25.00	★牛乳	206.00	豆腐（絹ごし）	30.00	【牛乳】	
【牛乳】		えのきたけ	10.00			塩	1.00	★牛乳	206.00
★牛乳	206.00	ながねぎ	15.00			こしょう	0.02		
		こまつな	15.00			しょうゆ	2.00		
		しょうゆ	1.50			けずり節	4.00		
		塩	0.90			水	140.00		
		酒	1.00						
		けずり節	4.00			【牛乳】			
		水	140.00			★牛乳	206.00		
		【◎果物（清見オレンジ）】							
		清見オレンジ	50.00						
		【牛乳】							
		★牛乳	206.00						

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ)

選択アレルギー：センター

センター寺田

5月12日(月)		5月13日(火)		5月14日(水)		5月15日(木)		5月16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】		【★食パン】		【◆ごはん】		【カレーピラフ】		【三番煮ごはん】	
米	95.00	★食パン70g	70.00	米	95.00	米	80.00	米	86.00
水	0.00			水	0.00	油	2.00	もち米	2.50
		【手作りいちごジャム】				カレー粉	0.15	赤米	2.00
【●ししゃものカレー天】		いちご	30.00	【■ホキのごまがらめ】		水	0.00	黒米	2.00
ししゃも	40.00	レモン(果汁、生)	0.50	ホキ角切り	70.00			きび	2.50
カレー粉	0.40	さとう	10.00	酒	0.50	鶏ももこま肉	11.00	青のり	0.15
水	0.00			根しょうが	0.70				
★小麦粉	7.00	【◆ポークビーンズ】		でんぶん	9.00	たまねぎ	13.00	【鶏の桑都みそ焼き】	
揚げ油	4.00	大豆	18.00	揚げ油	4.00	(冷) ホールコーン	10.00	鶏もも切身70g	70.00
		豚かた角切り肉	30.00	白いりごま	1.50	(冷) グリンピース	5.00	酒	2.50
【●五目きんぴら】		塩	0.10	しょうゆ	3.50	油	1.00	鉄板油	0.00
にんじん	15.00	こしょう	0.02	さとう	3.50	カレー粉	0.30	西京みそ	4.00
ごぼう	15.00	じゃがいも	60.00	みりん	1.50	塩	0.90	みそ	2.50
糸こんにゃく	13.00	にんじん	20.00	酒	1.50	こしょう	0.02	みりん	1.40
れんこん	13.00	たまねぎ	60.00					さとう	0.45
さつま揚げ	5.00	グリンピース	5.00	【#ピリ辛じゃこキャベツ】		【豆腐ハンバーグ】		桑の葉粉	0.10
(冷) さやいんげん	5.00	油	1.30	きゅうり	15.00	1/2絞り豆腐	50.00	水	3.50
一味唐辛子	0.01	トマトケチャップ	12.00	キャベツ	40.00	豚もも挽肉	40.00		
油	1.00	トマトピューレ	12.00	ちりめんじゃこ	2.00	たまねぎ	25.00	【定式幕和え】	
しょうゆ	3.50	さとう	1.50	ごま油	0.50	★パン粉	8.00	芽ひじき	0.60
さとう	1.20	★小麦粉	4.00	しょうゆ	2.00	★調理用牛乳	4.00	こまつな	25.00
酒	1.00	油	2.00	さとう	0.80	水	4.00	もやし	20.00
ごま油	0.30	★バター	2.00	塩	0.06	塩	0.40	油揚げ	12.00
		ウスターソース	4.00	酢	0.60	こしょう	0.03	にんじん	6.00
【◆かぶのみそ汁】		塩	1.00	一味唐辛子	0.01	鉄板油	0.00	ごま油	1.00
カットわかめ	0.40	こしょう	0.02			トマトケチャップ	2.00	さとう	0.80
かぶ	30.00	水	70.00	【◎豚汁】		トマトピューレ	2.00	酒	0.60
キャベツ	30.00			豚かたこま肉	15.00	ウスターソース	3.00	しょうゆ	3.60
ながねぎ	15.00	【ブロッコリーのサラダ】		ごぼう	13.00	水	3.00	かつおぶし粉	0.50
油揚げ	7.00	ブロッコリー	22.00	だいこん	22.00				
赤みそ	5.00	キャベツ	27.00	にんじん	13.00	【ABCスープ】		【ろくろ車のすまし汁】	
みそ	6.00	にんじん	8.00	ながねぎ	13.00	★アルファベットマカロニ	6.00	★焼きふ(車ふ)	3.50
けずり節	4.00	(冷) ホールコーン	8.00	こんにゃく短冊	13.00	ベーコン色紙	5.00	ながねぎ	25.00
水	130.00	きゅうり	8.00	豆腐(絹ごし)	22.00	油	0.50	カットわかめ	0.35
		酢	2.00	油	0.50	たまねぎ	20.00	にんじん	8.00
【◎果物(清見オレンジ)】		オリーブ油	2.50	みそ	11.00	にんじん	13.00	えのきたけ	8.00
清見オレンジ	50.00	さとう	0.90	煮干し	3.00	キャベツ	26.00	豆腐(絹ごし)	22.00
		塩	0.40	水	110.00	ホールトマト	40.00	しょうゆ	1.00
【牛乳】		からし(粉)	0.05			セロリー	1.30	塩	0.80
★牛乳	206.00			【牛乳】		塩	1.00	だしこんぶ	0.20
		【牛乳】		★牛乳	206.00	こしょう	0.03	けずり節	4.00
		★牛乳	206.00			けずり節	4.00	水	155.00
						水	125.00		
								【◎果物(清見オレンジ)】	
						【ヨーグルトのピーチソースかけ】		清見オレンジ	50.00
						★調理用ヨーグルト	50.00		
						黄桃缶	15.00	【牛乳】	
						さとう	1.00	★牛乳	206.00
						水	0.00		
						【牛乳】			
						★牛乳	206.00		

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ)

2025年 5月 1日 ~ 2025年 5月31日

センター寺田

5月19日(月)		5月20日(火)		5月21日(水)		5月22日(木)		5月23日(金)	
献立名／食品名		g		献立名／食品名		g		献立名／食品名	
【◆ごはん】		【◎わかめごはん】		【◆ごはん】		【●チリビーンズサンド】		【◆ごはん】	
米	95.00	米	95.00	米	95.00	★ミルクパン70g	70.00	米	95.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	金時豆	9.00	水	0.00
		国産わかめご飯の素	2.00			ウィンナー	5.00		
【●かつおの香り揚げ】				【●赤魚の利休焼き】		豚かた挽肉	15.00	【◎四川豆腐】	
かつお角切り(春)	70.00	【◎厚焼き卵】		赤魚切身80g	80.00	たまねぎ	30.00	豆腐(絹ごし)	95.00
しょうゆ	2.50	★殺菌液卵	60.00	酒	1.20	にんじん	10.00	豚ももこま肉	15.00
にんにく	0.20	豚もも挽肉	8.00	鉄板油	0.00	ピーマン	4.00	にんにく	0.30
根しょうが	0.50	たまねぎ	20.00	みそ	4.00	にんにく	0.15	根しょうが	0.50
ごま油	0.40	にんじん	10.00	みりん	2.00	セロリー	0.65	にんじん	20.00
酒	1.00	干しいたけ(スライス)	0.30	さとう	1.50	油	1.00	ながねぎ	10.00
でんぶん	10.00	油	0.50	白すりごま	1.50	★小麦粉	1.00	チンゲンツァイ	20.00
揚げ油	4.00	さとう	1.00	水	1.50	塩	0.40	たけのこレトルトパウチ	10.00
		しょうゆ	1.00			こしょう	0.01	干しいたけ(スライス)	0.80
【◆もやしのからし和え】		塩	0.30	【◆野菜のじゃこ和え】		トマトケチャップ	6.50	油	1.00
もやし	30.00	水	6.00	こまつな	15.00	ウスターソース	2.00	さとう	1.50
にんじん	10.00	けずり節	0.80	もやし	35.00	チリパウダー	0.30	しょうゆ	8.00
こまつな	10.00	鉄板油	0.00	にんじん	12.00			トウバンジャン	0.20
かまぼこ	8.00			油揚げ	7.00	【■フレンチきゅうり】		酒	1.00
しょうゆ	2.00	【#野菜の南蛮漬け】		かつおぶし粉	0.30	きゅうり	40.00	ごま油	0.60
みりん	1.60	きゅうり	15.00	ちりめんじゃこ	2.00	油	2.00	でんぶん	2.00
さとう	0.10	だいこん	30.00	塩	0.08	酢	2.00	水	35.00
塩	0.10	にんじん	10.00	みりん	2.00	さとう	0.25		
からし(粉)	0.08	ごま油	0.50	さとう	0.50	塩	0.30	【■大豆の揚げ煮】	
		しょうゆ	2.00	しょうゆ	2.00	こしょう	0.01	大豆	13.00
【◎沢煮鮭】		さとう	0.60			からし(粉)	0.03	でんぶん	3.00
豚かた千切り肉	10.00	塩	0.06	【◆田舎汁】				揚げ油	2.00
豚バラ千切肉	10.00	酢	0.60	鶏ももこま肉	10.00	【●八王子産そら豆のシチュー】		しょうゆ	1.90
ごぼう	10.00	一味唐辛子	0.01	ごぼう	10.00	鶏むねこま肉	15.00	さとう	1.70
だいこん	20.00			だいこん	20.00	ベーコン短冊	5.00	水	2.60
にんじん	20.00	【■じゃが芋のそぼろ煮】		にんじん	10.00	じゃがいも	40.00	青のり	0.10
干しいたけ(スライス)	0.60	じゃがいも	100.00	じゃがいも	20.00	にんじん	15.00	白いりごま	0.60
しらたき	15.00	鶏むね挽肉	16.00	こんにやく短冊	10.00	たまねぎ	35.00		
塩	0.90	たまねぎ	50.00	生揚げ	15.00	キャベツ	35.00	【●トマトと卵のスープ】	
しょうゆ	2.00	にんじん	25.00	ながねぎ	5.00	しめじ	6.00	鶏むねこま肉	6.00
こしょう	0.02	糸こんにやく	15.00	油	0.60	そらめめ	15.00	たまねぎ	35.00
でんぶん	2.00	(冷) さやいんげん	5.00	みそ	5.00	油	1.00	★卵	20.00
けずり節	4.00	油	1.00	赤みそ	6.00	★小麦粉	6.00	トマト	20.00
水	135.00	さとう	1.20	けずり節	4.00	★バター	3.00	カットわかめ	0.30
		しょうゆ	6.00	水	120.00	油	3.00	ごま油	0.30
【■茎わかめのしょうが炒め】		塩	0.10			塩	1.00	塩	0.90
くきわかめ	12.00	でんぶん	1.00	【牛乳】		こしょう	0.03	こしょう	0.02
根しょうが	0.40	水	25.00	★牛乳	206.00	水	30.00	けずり節	4.00
ごま油	0.50					★調理用牛乳	70.00	水	140.00
しょうゆ	0.80	【牛乳】				★生クリーム	1.50	でんぶん	1.20
みりん	0.40	★牛乳	206.00						
酒	0.40					【牛乳】		【牛乳】	
白いりごま	0.50					★牛乳	206.00	★牛乳	206.00
【牛乳】									
★牛乳	206.00								

[詳細献立表]

選択アレルギー：センター

(小麦, そば, 卵, 乳, ピーナッツ, えび, かに, くるみ)

2025年 5月 1日 ~ 2025年 5月31日

センター寺田

5月26日(月)		5月27日(火)		5月28日(水)		5月29日(木)		5月30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
【キムタクごはん】		【#ガーリックライス】		【★ごはん】		【★はち大根おろしスパゲティ】		【★ごはん】	
米	78.00	米	95.00	米	95.00	★スパゲティ	90.00	米	95.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	ゆで塩	0.00	水	0.00
豚バラこま肉	10.00	オリーブ油	1.10			オリーブ油	2.00		
豚ももこま肉	10.00	パセリ(乾)	0.06	【アジのサンガ焼き】		しょうゆ	2.00	【ぎせい豆腐】	
八王子産たくあん	20.00	にんにく	1.00	あじすりみ	20.00	だいこん	110.00	鶏もも挽肉	13.00
八王子産白菜キムチ	8.00	塩	0.40	たらすりみ	20.00	ツナ	45.00	油	0.50
キムチ漬け	8.00	こしょう	0.02	鶏もも挽肉	30.00	えのきたけ	5.00	1/2絞り豆腐	40.00
ながねぎ	10.00			ながねぎ	10.00	酢	4.00	★殺菌液卵	40.00
油	1.00	【●チキンのトマト煮込み】		にんじん	8.00	さとう	2.00	干ししいたけ(スライス)	0.60
酒	1.30	鶏もも皮なし角切り肉	35.00	根しょうが	0.60	塩	1.20	にんじん	8.00
塩	0.13	鶏もも角切肉	30.00	赤みそ	5.00	しょうゆ	5.00	たまねぎ	25.00
こしょう	0.02	塩	0.20	しょうゆ	2.40	だいこん葉	4.00	さとう	1.20
しょうゆ	1.80	こしょう	0.01	白いりごま	2.00	きざみのり	0.30	しょうゆ	3.20
ごま油	1.00	赤ワイン	1.00	★パン粉	3.00			酒	1.00
		にんにく	0.24	でんぶん	3.00	【★ズッキーニのサラダ】		鉄板油	0.00
【さばの香味焼き】		根しょうが	0.24	鉄板油	0.00	キャベツ	40.00		
さば切身70g	70.00	油	1.50			にんじん	15.00	【◎野菜と油揚げのごま和え】	
根しょうが	0.30	たまねぎ	65.00	【◆切干大根の煮物】		ズッキーニ	15.00	こまつな	18.00
にんにく	0.30	にんじん	20.00	切干しだいこん	5.50	酢	2.00	もやし	32.00
ながねぎ	0.50	じゃがいも	30.00	にんじん	7.00	オリーブ油	2.00	にんじん	8.00
みそ	2.50	ズッキーニ	20.00	油揚げ	4.00	さとう	0.80	油揚げ	5.00
しょうゆ	1.80	トマトケチャップ	12.00	さつま揚げ	7.00	塩	0.50	白すりごま	1.20
みりん	0.70	ホールトマト	24.00	(冷) さやいんげん	3.00	からし(粉)	0.05	しょうゆ	2.30
鉄板油	0.00	中濃ソース	3.00	さとう	1.00			さとう	1.50
		塩	0.65	しょうゆ	2.50	【◎オレンジポンチ】		塩	0.10
【◆3色ナムル】		こしょう	0.01	みりん	0.85	フルーツミックス缶	50.00		
こまつな	10.00	水	22.00	酒	0.60	オレンジジュース	30.00	【●みそ汁】	
もやし	40.00	★小麦粉	1.00	水(だし汁)	25.00			カットわかめ	0.40
にんじん	10.00					【牛乳】		油揚げ	8.00
さとう	0.22	【◆アスパラサラダ】		【みそけんちん】		★牛乳	206.00	たまねぎ	22.00
塩	0.40	キャベツ	40.00	じゃがいも	20.00			じゃがいも	30.00
にんにく	0.15	グリーンアスパラ	6.00	だいこん	20.00			チンゲンツァイ	15.00
ごま油	1.00	にんじん	8.00	にんじん	10.00			赤みそ	6.00
白いりごま	0.90	きゅうり	16.00	ごぼう	10.00			みそ	5.00
		赤ピーマン	2.00	こんにゃく短冊	20.00			煮干し	3.00
【◆チンゲンサイと卵のスープ】		レモン(果汁、生)	0.80	豆腐(絹ごし)	20.00			水	140.00
鶏むねこま肉	5.00	酢	1.50	油	0.80				
チンゲンツァイ	20.00	はちみつ	0.50	赤みそ	6.00			【牛乳】	
★卵	20.00	さとう	0.60	みそ	5.00			★牛乳	206.00
にんじん	10.00	オリーブ油	2.00	けずり節	4.00				
しめじ	6.00	塩	0.50	水	125.00				
豆腐(絹ごし)	25.00	こしょう	0.01						
塩	0.90			【◎果物(清見オレンジ)】					
しょうゆ	1.50	【■桃のクラフティ】		清見オレンジ	50.00				
こしょう	0.02	★卵	8.00						
でんぶん	1.30	★調理用牛乳	8.50	【牛乳】					
けずり節	4.00	★調理用牛乳	4.50	★牛乳	206.00				
水	140.00	さとう	4.00						
		★生クリーム	10.00						
【牛乳】		コーンスターチ	1.00						
★牛乳	206.00	黄桃缶	35.00						
		浅押し小判型カップ	1.00						
		【牛乳】							
		★牛乳	206.00						