選択アレルゲン:センター

_ (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 2025年10月1日 ~ 2025年10月31日

2025年10月1日 ~ 2025年10 10月1日(水)		リ月31日				<u>センター</u> 寺田 <u>2025-09-05 印</u>							
		10月 2日(木)		10月 3日(金)		10月 6日(月)		10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		(
【きびごはん】		【ごはん】		【秋月ごはん】		【ごはん】		【ミルクパン】					
* *	89.00	米	95.00		70.00		95.00	★ミルクパン70g	70.00				
もち米	3.00		0.00		10.00		0.00						
きび	3.00		1 3133	黒米	4.00		1 0.00	【ミートローフ】					
水		【豚すき煮】		水		【ぶりの薬味焼き】		豚かた挽肉	20.00				
7.	0.00	豚ももこま肉	30.00		30.00		70.00		20.00				
【夕焼小焼やき】		にんにく	0.30		5.00		0.20		50.00				
さけ切身70g	70.00		0.30		0.10	ごま油	0.50	たまねぎ	20.00				
<u> </u>	0.20		10.00	水	0.00		3.00		1.00				
こしょう	0.02	たまねぎ	60.00	小	1 0.00	にんにく	0.50		10.00				
		/こめ100 こともさ	20.00	【石垣揚げ】	+	一味唐辛子	0.01	(冷)がしいピーフ	5.00				
酒	0.50	しらたき			10.00				5.00 7.00 2.00				
★マヨネーズ	12.00	えのきたけ	12.00	ししゃも	40.00		5.00	★パン粉	7.00				
西京みそ	3.00	しめじ	6.00	白いりごま	0.80	鉄板油	0.00	★スキムミルク	2.00				
にんじん	6.00		60.00		0.80			★調理用牛乳	4.00				
水	2.00	さとう	1.80	水		【大豆の磯煮】		塩	0.40				
白いりごま	1.50		9.60		5.00	大豆	8.00		0.03				
小判型カップ	1.00	みりん	1.20		2.00		8.00		0.00				
		ごま油	0.60		4.00		10.00	中濃ソース	5.00				
【もやしの和えもの】		油	1.00			糸こんにゃく	10.00	トマトピューレ	3.00				
こまつな	15.00	白いりごま	1.20	【野菜のピリリ漬け】		芽ひじき	0.50		2.00				
もやし	50.00		3.60		15.00		3.00	こしょう	0.02				
にんじん	12.00			だいこん	30.00		0.80						
しょうゆ	3.50	【じゃこサラダ】		にんじん	10.00			【ジャーマンポテト】					
みりん	2.00		30.00		0.50		1.50		60.00				
かつおぶし粉	1.00		5.00		2.00	洒	1.00		7.00				
75 2 65/5/2475	1.00	きゅうり	5.00		0.80	酒 水	15.00		25.00				
【秋のお吸い物】		(冷)ホールコーン	5.00		0.06	7.	13.00	ピーマン	5.00				
鶏ももこま肉	10.00		3.00			【月見汁】		油	1.00				
型抜きかまぼこ	10.00		1.00		0.00		30.00		0.40				
カットわかめ	0.40		0.50		0.01	だいこん	15.00		0.02				
		さとう	0.50	【八王汁】			15.00		0.02				
	25.00				15.00	にんじん							
にんじん	10.00		0.10		15.00			【野菜とベーコンのスープ】	0.00				
えのきたけ	10.00		_	さつまいも		★うずらの卵	20.00		8.00				
ながねぎ		【有機冬瓜のスープ】	05.00	とうがん	10.00		5.00		30.00				
しょうゆ	1.50			だいこん	10.00		10.00		10.00				
塩	1.10		10.00		8.00		1.60	キャベツ	50.00				
酒	1.00		30.00	キャベツ	10.00		0.50		0.50				
けずり節	4.00		8.00		10.00		4.00	塩	0.90				
だしこんぶ	0.20		5.00	油揚げ	5.00		125.00		0.02				
水	140.00		1.10		10.00			しょうゆ	1.00				
		こしょう	0.02			【果物(みかん)】		けずり節	4.00				
【牛乳】		しょうゆ	1.20	上 塩	0.80	みかん	25.00	水	130.00				
牛乳	206.00	けずり節	4.00	しょうゆ	3.00								
		水	145.00			【牛乳】		【牛乳】					
				水	140.00		206.00		206.00				
		【牛乳】											
		牛乳	206.00	【果物(みかん)】	1								
		1 30		みかん	25.00								
				0,7370	1-3.00								
				【牛乳】	1								
			+	上,一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个	207.00								
				Ţ₩	206.00								
			+		1								
					1			1	1				

選択アレルゲン:センター

_ (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 2025年10月1日 ~ 2025年10月31日

2025年10月1日 ~ 2025年		J月31日 				<u>センター寺田 2025-09-05 印刷</u>						
		10月 9日(木)		10月10日(金)		10月14日(火)		10月15日(水)				
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	Ç			
【古代米ごはん】		【ごはん】		【ゆかりごはん】		【ごはん】		【スパゲティミートソース】				
米	88.00	米	95.00	米	95.00	米	95.00	★スパゲティ	93.00			
もち米	4.00	水	0.00		0.00		0.00		3.50			
赤米	3.00			ゆかり粉	1.30			ベーコン千切り	5.00			
水		【鶏のレモンソース】				【たくあん入り豚キムチ】		• • •				
-		鶏むね切り身70g	70.00	【いかのネギ塩焼き】		豚バラこま肉	15.00	豚かた挽肉	55.00			
【さごちの照り焼き】		根しょうが	1.00		70.00		30.00		2.50			
さごち切身70g	70.00		1.00		0.40		0.30		110.0			
	2.00		0.14		0.60	油	1.00		30.00			
みりん	1.30		0.01		6.00		0.30	セロリー	1.50			
さとう	1.00		4.00		1.00		1.00		0.50			
しょうゆ	4.00		2.00	みりん	1.00		15.00		1.50			
塩	0.10	揚油	4.00		0.60	八王子産白菜キムチ	15.00		20.00			
	0.00		3.50		0.02	大根(たくあん干し大根漬)	20.00		14.00			
业人们又/山	0.00	しょうゆ	3.00		0.60		1.00		27.00			
【野菜のごま風味】		レモン(果汁、生)	3.70	ごま油	0.30		25.00		4.50			
こまつな	10.00	<u> </u>	5.00	<u>こな畑</u> 白いりごま	1.40		5.00		1.00			
もやし	35.00	λ) \	3.00	<u> </u>	0.00		10.00		1.00			
にんじん		【煮びたし】		业人们又/四	0.00	もやし	40.00		0.03			
(冷)ホールコーン	10.00		20.00	【にんじんのナムル】		干ししいたけ(スライス)	1.00		0.03			
	0.60		30.00		30.00			【えだまめサラダ】				
<u>塩</u> ごま油					35.00			(冷)かきせ言	10.00			
ころ出 ウォロデキ	1.00		10.00	にんしん			0.40		10.00			
白すりごま	0.80	しめじ さとう	7.00	ツナ さとう	10.00		3.00		10.00			
72.24/+/11			0.70		0.40		1.00	キャベツ	25.00			
【みそけんちん汁】	15.00	塩	0.25	塩	0.50		0.03	きゅうり	20.00			
豆腐(絹ごし)	15.00		2.00		0.15	水	10.00		5.00			
こぼう	10.00		0.50	ごま油	1.00		1.30	酢	2.00			
にんじん	12.00	T-MALA				ごま油	0.50		0.90			
じゃがいも	10.00	【呉汁】		【かきたま汁】				オリーブ油	2.00			
だいこん	15.00	大豆	5.00		15.00	【大学芋】		塩	0.50			
油揚げ	10.00			★卵	25.00		60.00		0.0			
こんにゃく短冊	10.00		30.00		15.00		3.00		0.05			
ながねぎ	10.00		10.00		10.00		4.00					
油	0.80		6.00		20.00			【果物(巨峰)】				
赤みそ	5.00		15.00		7.00		2.40		30.00			
みそ	6.00		6.00		0.90		0.16					
けずり節	4.00		6.00		1.50		0.40	【牛乳】				
水	125.00	煮干し	3.00	けずり節	4.00			牛乳	206.00			
		水	130.00	水	130.00	【わかめスープ】						
【牛乳】				でんぷん	1.00		0.60					
牛乳	206.00	【果物(みかん)】				(冷)ホールコーン	10.00					
		みかん	25.00	【山ぶどうゼリー】		たけのこレトルトパウチ	10.00					
				粉寒天	0.33	たまねぎ	20.00					
		【牛乳】		さとう	4.00		20.00					
		牛乳	206.00		40.00		1.00					
		1 30	200,00	山ぶどう果汁	6.00		0.02					
				黄桃缶	25.00		1.00					
				> 1/0 Pd		けずり節	4.00					
				【牛乳】		水	160.00					
				十五十五十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十	206.00		100.00					
				1 20	200.00	【牛乳】						
						上,一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个	206.00					
						十分 	206.00					
					I				ı			

選択アレルゲン:センター

_ (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

 2025年10月 1日 ~ 2025年10月31日

10月16日(木)		10月17日(金)		10月20日(月)		10月21日(火)		<u>ビンター寺田 2025-05</u> 10月22日(水)	
献立名/食品名		献立名/食品名			q	献立名/食品名		献立名/食品名	
	g		g		9		9		9
【メキシカンライス】	70.00	【ごはん】	05.00	【菜飯】	05.00	【ごはん】	05.00	【あんかけやきそば】	11000
米 ************************************	70.00		95.00		95.00	米	95.00		160.00
米粒麦	4.00	水	0.00		0.00		0.00		1.00
カレー粉	0.30			国産菜飯の素	2.00			油	3.00
パプリカ(粉)		【マーボーなす】				【さばのごま風味焼き】			
オリーブ油	0.20			【厚焼き卵】		さば切身70g	70.00		25.00
水	0.00		1.00		60.00		1.00		20.00
豚もも挽肉	20.00		90.00		9.00		1.00		15.00
たまねぎ	20.00	豚もも挽肉	20.00		20.00		0.80		15.00
にんじん	10.00	たまねぎ	15.00		10.00	しょうゆ	3.30		30.00
ピーマン	7.00		15.00		0.30		1.00		50.00
(冷)ホールコーン	10.00	にんじん	30.00	油	0.50		1.00		30.00
トマトケチャップ	5.00	根しょうが	1.30	さとう	1.00	鉄板油	0.00		5.00
油	1.00	にんにく	0.30	しょうゆ	1.00			きくらげ	0.80
カレー粉	0.50	油	1.20	塩	0.30	【五目きんぴら】		にんにく	0.30
塩	0.60	さとう	2.00	水(だし汁)	5.00		18.00		0.50
こしょう	0.02	しょうゆ	6.00	鉄板油	0.00		18.00	油	1.00
ウスターソース	1.30	赤みそ	6.00		1 3.50	たけのこレトルトパウチ	14.00		2.00
チリパウダー	0.20	水		【からし和え】		(冷)さやいんげん	5.00		0.70
	0.20	でんぷん	2.00		30.00		5.00		0.03
【キャベツのクリーム煮】		ごま油	0.50		15.00		0.01	ごま油	0.70
じゃがいも	35.00		0.20		7.00		0.50	<u>こる畑</u> 水	1.00
	20.00		0.20	かまぼこ	5.00		1.00		3.00
にんじん		 【豆黒糖】		しょうゆ	2.00		1.00	C70/3/70	3.00
たまねぎ			10.00					 【青のりポテト】	
	30.00		10.00		1.60		3.00		00.00
キャベツ	50.00		2.70	さとう	0.10			くし型ポテト	90.00
(冷)さやいんげん	5.00	水	1.25			【豚汁】	1-00	揚油	4.00
<u>油</u>	0.80			からし(粉)	0.08		15.00		0.25
★薄力粉		【コーンと卵のスープ】				じゃがいも	20.00		0.20
油		★ 卵		【芋の子汁】		だいこん	20.00		
★ バター	3.00		30.00		10.00			【青菜と豆腐のスープ】	
★調理用牛乳	70.00		10.00		35.00		10.00		10.00
<u>水</u> 塩	35.00		30.00		12.00		10.00		20.00
塩	1.00	塩	1.20	だいこん	25.00	豆腐(絹ごし)	15.00	えのきたけ	8.00
こしょう	0.03		0.03		10.00				30.00
★生クリーム	2.00	けずり節	4.00			みそ	11.00		15.00
		水	130.00		5.00	けずり節	3.00	塩	0.90
【コロコロサラダ】		でんぷん	1.00		6.00		120.00	こしょう	0.02
だいこん	30.00			けずり節	4.00			しょうゆ	1.50
きゅうり	25.00	【牛乳】		水	120.00	【牛乳】		けずり節	4.00
にんじん	15.00		206.00			牛乳	206.00	水	140.00
酢	2.40			【果物(みかん)】				ごま油	0.70
オリーブ油	3.00			みかん	25.00				
さとう	1.10							【牛乳】	
塩	0.50			【牛乳】				牛乳	206.00
からし(粉)	0.06			牛乳	206.00				
	3.00			, ,,,	233.30				
【果物(みかん)】									
みかん	25.00								<u> </u>
V/13 1 U	23.00								
【牛乳】									+
<u>1十分</u> 牛乳	204.00				+				
	206.00								
					+				

選択アレルゲン:センター

_ (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 2025年10月1日 ~ 2025年10月31日

2025年10月1日~20	25年10	J月31日						センター寺田 2025-09	<u>1-05 印刷</u>
10月23日(木)		10月24日(金)		10月27日(月)		10月28日(火)		10月29日(水)	
献立名/食品名	g	11 2 4 5 5	g		q	献立名/食品名	q	献立名/食品名	а
【チキンカレーライス】	- 3	【ごはん】	9	【ごはん】		【ビビンバ】		【黒糖パン】	3
米	95.00		95.00		95.00		95.00	★黒砂糖パン70g	70.00
水	0.00		0.00		0.00		0.00	★無砂帽パン T U 9	70.00
鶏もも角切肉	40.00		0.00	八	0.00	<u> </u>	40.00	【白身魚のハーブ焼き】	
じゃがいも	50.00	 【さんまの甘辛短冊揚げ】		【豆あじの唐揚げ】		にんにく	0.50		70.00
しゃかいも			(0.00		40.00				70.00
たまねぎ	75.00	さんま短冊	60.00				0.50	塩 こしょう	0.25
にんじん	20.00		1.50		0.20	切干しだいこん	5.00	こしょう	0.01
にんにく	0.20	酒	1.50		0.02	ごま油	1.00	白ワイン	2.00
根しょうが	0.80	しょうゆ	3.00		5.00	トウバンジャン	0.13	セロリー	0.25
<u>油</u>	1.70		8.00		4.00		1.30	乾燥バジル	0.05
★薄力粉	9.00	揚油	4.00			さとう	2.50	パセリ(乾)	0.05
★バター	4.50	しょうゆ		【ツナサラダ】		しょうゆ	4.00	にんにく	0.30
油	4.00	さとう	4.00		30.00	みりん	2.50	オリーブ油	1.50
カレー粉	0.60		5.00		10.00	にんじん	10.00	鉄板油	0.00
トマトケチャップ	4.50		5.00		8.00	もやし	30.00		
ウスターソース	1.00		0.80		7.00	こまつな	15.00	【ペペロンチーノ】	
中濃ソース	1.70			ツナ	10.00			★スパゲティ	33.00
塩		【彩り和え】		酢	1.00	白すりごま	0.60		2.00
こしょう	0.02	こまつな	13.00	油	1.00	ごま油	1.00	たかのつめ	0.02
カレー粉	0.60	もやし	35.00	塩	0.25			にんにく	0.50
しょうゆ	1.40		10.00		0.01	【春雨スープ】		塩	0.50
水	82.00		7.00		0.60		10.00		
		かつおぶし粉	0.30		0.03	にんじん	12.00	【ミネストローネ】	
【コールスロー】		塩	0.10			たまねぎ	15.00	ベーコン色紙	8.00
キャベツ	50.00	みりん		【肉にんじん】		干ししいたけ(スライス)	0.50	油	0.50
(冷)ホールコーン	10.00		0.50		65.00		12.00		25.00
にんじん	10.00		2.20		20.00		15.00	にんじん	10.00
酢	2.00		1 -:	たまねぎ	55.00	はるさめ	4.00	キャベツ	30.00
油	1.50	【なすのみそ汁】		にんじん	50.00		0.90		15.00
からし(粉)	0.05	なす	10.00		20.00		1.50		30.00
さとう	1.30		30.00		5.00	けずり節	4.00		1.00
<u></u>	0.43		15.00		1.00	<u> </u>	140.00		0.80
<u> </u>	0.43	豆腐(絹ごし)	20.00		2.00	<u> </u>	0.40		0.02
【りんごヨーグルト】		油揚げ	8.00		5.50		0.40	けずり節	3.00
りんご(缶詰)	30.00		5.00			【オレンジポンチ】		水	115.00
★調理用ヨーグルト	45.00		6.00		0.10		50.00	小	115.00
	45.00	煮干し	3.00			<u> </u>	30.00	【什么】	
7升到1		<u> </u>			25.00	オレフララュース	30.00	牛乳	206.00
【牛乳】	204.00	_	130.00			【什回】		十九	206.00
牛乳 牛乳	206.00			【牛乳】	22122	【牛乳】			
		【牛乳】		牛乳	206.00	牛乳	206.00		
		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10月 1日 ~ 2025年10月31日

2025年10月1日~202	- J+ I		-					センター寺田 2025-09-09	
10月30日(木)		10月31日(金)							
献立名/食品名	g	-1.1	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【大山おこわ】		【コーンピラフ】			J		J		
米	50.00	*************************************	80.00						
もち米	30.00		2.00						1
水	0.00		0.00						
鶏ももこま肉	9.00	鶏ももこま肉	10.00						-
あごちくわ	7.00	たまねぎ	15.00						+
にんじん	13.00	にんじん	10.00						
こぼう	6.00	(冷)ホールコーン	20.00						
干ししいたけ(スライス)	0.70		0.05						+
油揚げ	6.00	油	1.00						+
(冷)さやいんげん	4.00	<u> </u>	1.00		+				1
	1.00								+
油	1.00	CU37	0.03						+
しょうゆ	4.50	アルペン・一ペナン・ス・エー							_
さとう		【パンプキンシチュー】	20.00						+
酒	1.30	鶏むねこま肉	20.00						1
みりん	1.30	ベーコン短冊	5.00						-
水	2.50		45.00						1
I - 11 - 11 - 11 - 11 - 11 - 11 - 11 -		にんじん	25.00						1
【豆腐ハンバーグ】	1	たまねぎ	50.00						1
1/2絞り豆腐	40.00		10.00						1
豚もも挽肉	20.00	油	1.00						
豚かた挽肉	20.00	★薄力粉	7.00						
たまねぎ	35.00	★ バター	3.50						
油	0.50	油	3.50						
★調理用牛乳		★調理用牛乳	80.00						
★パン粉	6.00		1.10						
★卵	6.00	こしょう	0.03						
塩	0.60	水	25.00						
こしょう		★生クリーム	2.00						
鉄板油	0.00								
中濃ソース		【オニオンドレッシングサラダ】							
トマトケチャップ	4.00	キャベツ	45.00						
		にんじん	10.00						
【おかか和え】		きゅうり	15.00						
こまつな	20.00	酢	1.85						
もやし	20.00	油	1.85						
にんじん	10.00	しょうゆ	2.40						
しょうゆ	2.00	塩	0.20						
みりん	0.50		0.80						
かつおぶし粉	0.50	たまねぎ	6.00						
【さつまいものみそ汁】		【果物(りんご缶)】							1
さつまいも	35.00		45.00						1
たまねぎ	25.00								1
豆腐(絹ごし)	20.00	【牛乳】							
油揚げ	7.00	牛乳	206.00						
カットわかめ	0.30		1						
みそ	11.00								1
けずり節	4.00								1
水	130.00								1
-,,,	130.00								†
【牛乳】									1
牛乳	206.00								†
1 30	200.00								+
									+
<u></u>	1						<u> </u>		