

[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)

0:通常献立

換算学年：センタ

2025年10月 1日 ~ 2025年10月31日

センター寺田 2025-09-05 印刷

10月 1日(水)		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	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】	
米	89.00	米	95.00	米	70.00	米	95.00	★ミルクパン70g	70.00
もち米	3.00	水	0.00	もち米	10.00	水	0.00		
きび	3.00			黒米	4.00			【ミートローフ】	
水	0.00	【豚すき煮】		水	0.00	【ぶりの薬味焼き】		豚かた挽肉	20.00
		豚ももこま肉	30.00	くり	30.00	ぶり切身70g	70.00	豚もも挽肉	20.00
【夕焼小焼やし】		にんにく	0.30	さとう	5.00	塩	0.20	絞り豆腐	50.00
さけ切身70g	70.00	根しょうが	0.30	塩	0.10	ごま油	0.50	たまねぎ	20.00
塩	0.20	ながねぎ	10.00	水	0.00	しょうゆ	3.00	油	1.00
こしょう	0.02	たまねぎ	60.00			にんにく	0.50	(冷)ホールコーン	10.00
酒	0.50	しらたき	30.00	【石垣揚げ】		一味唐辛子	0.01	(冷)グリーンピース	5.00
★マヨネーズ	12.00	えのきたけ	12.00	ししゃも	40.00	万能ねぎ	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	焼き豆腐	60.00	黒いりごま	0.80			★調理用牛乳	4.00
水	2.00	さとう	1.80	水	0.00	【大豆の磯煮】		塩	0.40
白いりごま	1.50	しょうゆ	9.60	★薄力粉	5.00	大豆	8.00	こしょう	0.03
小判型カップ	1.00	みりん	1.20	コーンスターチ	2.00	さつま揚げ	8.00	鉄板油	0.00
		ごま油	0.60	揚げ油	4.00	にんじん	10.00	中濃ソース	5.00
【もやしの和えもの】		油	1.00			系こんにゃく	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	水(だし汁)	2.00
もやし	50.00	水	3.60	きゅうり	15.00	(冷)さやいんげん	3.00	こしょう	0.02
にんじん	12.00			だいこん	30.00	油	0.80		
しょうゆ	3.50	【じゃこサラダ】		にんじん	10.00	しょうゆ	2.50	【ジャーマンポテト】	
みりん	2.00	キャベツ	30.00	ごま油	0.50	さとう	1.50	じゃがいも	60.00
かつおぶし粉	1.00	にんじん	5.00	しょうゆ	2.00	酒	1.00	ベーコン千切り	7.00
		きゅうり	5.00	さとう	0.80	水	15.00	たまねぎ	25.00
【秋のお吸い物】		(冷)ホールコーン	5.00	塩	0.06			ピーマン	5.00
鶏ももこま肉	10.00	ちりめんじゃこ	3.00	酢	0.60	【月見汁】		油	1.00
型抜きかまぼこ	10.00	油	1.00	一味唐辛子	0.01	さといも	30.00	塩	0.40
カットわかめ	0.40	ごま油	0.50			だいこん	15.00	こしょう	0.02
豆腐(絹ごし)	25.00	さとう	0.50	【八王汁】		にんじん	15.00		
にんじん	10.00	塩	0.10	鶏むねこま肉	15.00	型抜きかまぼこ	6.00	【野菜とベーコンのスープ】	
えのきたけ	10.00			さつまいも	10.00	★うずらの卵	20.00	ベーコン千切り	8.00
ながねぎ	15.00	【有機冬瓜のスープ】		とうがん	10.00	こまつな	5.00	たまねぎ	30.00
しょうゆ	1.50	とうがん	25.00	だいこん	10.00	ながねぎ	10.00	にんじん	10.00
塩	1.10	鶏ももこま肉	10.00	かぶ	8.00	しょうゆ	1.60	キャベツ	50.00
酒	1.00	たまねぎ	30.00	キャベツ	10.00	塩	0.50	油	0.50
けずり節	4.00	にんじん	8.00	ながねぎ	10.00	けずり節	4.00	塩	0.90
だしこんぶ	0.20	こまつな	5.00	油揚げ	5.00	水	125.00	こしょう	0.02
水	140.00	塩	1.10	こまつな	10.00			しょうゆ	1.00
		こしょう	0.02	根しょうが	0.30	【果物(みかん)】		けずり節	4.00
【牛乳】		しょうゆ	1.20	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	けずり節	4.00	【牛乳】		【牛乳】	
				水	140.00	牛乳	206.00	牛乳	206.00
		【牛乳】							
		牛乳	206.00	【果物(みかん)】					
				みかん	25.00				
				【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)

0:通常献立

換算学年： センタ

2025年10月 1日 ~ 2025年10月31日

センター寺田 2025-09-05 印刷

10月 8日(水)		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	g
【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	水	0.00	水	0.00	オリーブ油	3.50
赤米	3.00			ゆかり粉	1.30			ベーコン千切り	5.00
水	0.00	【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	豚ももこま肉	30.00	赤ワイン	2.50
さごち切身70g	70.00	酒	1.00	いか切身70g		にんにく	0.30	たまねぎ	110.00
酒	2.00	塩	0.14	根しょうが	0.40	油	1.00	にんじん	30.00
みりん	1.30	こしょう	0.01	ながねぎ	6.00	酒	0.30	セロリー	1.50
さとう	1.00	でんぷん	4.00	酒	1.00	しょうゆ	1.00	にんにく	0.50
しょうゆ	4.00	★薄力粉	2.00	みりん	1.00	キムチ漬け	15.00	油	1.50
塩	0.10	揚げ油	4.00	塩	0.60	八王子産白菜キムチ	15.00	ホールトマト	20.00
鉄板油	0.00	さとう	3.50	黒こしょう	0.02	大根(たくあん干し大根漬)	20.00	トマトケチャップ	14.00
		しょうゆ	3.00	しょうゆ	0.60	根しょうが	1.00	トマトピューレ	27.00
【野菜のごま風味】		レモン(果汁、生)	3.70	ごま油	0.30	たまねぎ	25.00	ウスターソース	4.50
こまつな	10.00	水	5.00	白いりごま	1.40	にら	5.00	中濃ソース	1.00
もやし	35.00			鉄板油	0.00	ながねぎ	10.00	塩	0.60
にんじん	10.00	【煮びたし】				もやし	40.00	こしょう	0.03
(冷)ホールコーン	10.00	こまつな	20.00	【にんじんのナムル】		干しいたけ(スライス)	1.00		
塩	0.60	もやし	30.00	もやし	30.00	油	0.50	【えだまめサラダ】	
ごま油	1.00	にんじん	10.00	にんじん	35.00	塩	0.40	(冷)むき枝豆	10.00
白すりごま	0.80	しめじ	7.00	ツナ	10.00	しょうゆ	3.00	(冷)ホールコーン	10.00
		さとう	0.70	さとう	0.40	酒	1.00	キャベツ	25.00
【みそけんちん汁】		塩	0.25	塩	0.50	こしょう	0.03	きゅうり	20.00
豆腐(絹ごし)	15.00	しょうゆ	2.00	にんにく	0.15	水	10.00	にんじん	5.00
ごぼう	10.00	かつおぶし粉	0.50	ごま油	1.00	でんぷん	1.30	酢	2.00
にんじん	12.00					ごま油	0.50	さとう	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	鶏むねこま肉	15.00	【大学芋】		塩	0.50
油揚げ	10.00	にんじん	15.00	★卵	25.00	さつまいも	60.00	こしょう	0.01
こんにゃく短冊	10.00	だいこん	30.00	豆腐(絹ごし)	15.00	揚げ油	3.00	からし(粉)	0.05
ながねぎ	10.00	ながねぎ	10.00	にんじん	10.00	さとう	4.00		
油	0.80	油揚げ	6.00	たまねぎ	20.00	しょうゆ	1.44	【果物(巨峰)】	
赤みそ	5.00	豆腐(絹ごし)	15.00	こまつな	7.00	水	2.40	巨峰	30.00
みそ	6.00	みそ	6.00	塩	0.90	酢	0.16		
けずり節	4.00	赤みそ	6.00	しょうゆ	1.50	白いりごま	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	カットわかめ	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】		たけのこレトルパウチ	10.00		
				粉寒天	0.33	たまねぎ	20.00		
		【牛乳】		さとう	4.00	豆腐(絹ごし)	20.00		
		牛乳	206.00	水	40.00	塩	1.00		
				山ぶどう果汁	6.00	こしょう	0.02		
				黄桃缶	25.00	しょうゆ	1.00		
						けずり節	4.00		
				【牛乳】		水	160.00		
				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)

0:通常献立

換算学年： センタ

2025年10月 1日 ~ 2025年10月31日

センター寺田 2025-09-05 印刷

[illegible]

[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)

0:通常献立

換算学年： センタ

2025年10月 1日 ~ 2025年10月31日

センター寺田 2025-09-05 印刷

[illegible]