

【 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

2026年 8月10日 ~ 2026年 9月30日

センター寺田 2026-07-10 印刷

8月25日(火)		8月26日(水)		8月27日(木)		8月28日(金)		8月31日(月)					
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】			【スパゲティミートソース】			【ウインナーピラフ(オリーブオイル)】			【チキンカレーライス】				
米	95.00		★スパゲティ		93.00	米	80.00		米	95.00	91.00		
水	0.00		オリーブ油		3.50	オリーブ油	4.00		水	0.00	0.00		
			ベーコン千切り		5.00	水	0.00		鶏ももこま肉	25.00			
【◆マーボー豆腐】			塩		0.20	鶏もも皮なしこま肉	10.00		じゃがいも	60.00	【■豚キムチ】		
豆腐(絹ごし)	90.00					ウインナー1cm輪切り	10.00		たまねぎ	70.00	豚かたこま肉	25.00	
豚もも挽肉	30.00		豚もも挽肉		25.00	にんじん	20.00		にんじん	20.00	豚ももこま肉	25.00	
ながねぎ	20.00		豚かた挽肉		30.00	たまねぎ	20.00		にんにく	0.20	にんにく	0.30	
たまねぎ	15.00		赤ワイン		2.60	(冷)ホールコーン	10.00		根しょうが	0.80	油	1.00	
にんじん	30.00		たまねぎ		110.00	ピーマン	8.00		サラダ油	1.30	酒	0.30	
たけのこレトルトパウチ	10.00		にんじん		30.00	にんにく	0.50		★薄力粉	5.00	しょうゆ	1.00	
にら	4.00		セロリー		1.50	油	1.00		★バター	2.60	キムチ漬け	20.00	
根しょうが	1.50		にんにく		0.50	塩	1.00		サラダ油	2.80	八王子産白菜キムチ	20.00	
にんにく	0.40		油		1.50	こしょう	0.03		カレー粉	0.30	根しょうが	1.00	
干しいたけ(スライス)	0.50		ホールのトマト		20.00	しょうゆ	1.50		トマトケチャップ	4.50	たまねぎ	15.00	
サラダ油	1.00		トマトケチャップ		14.00				中濃ソース	1.70	にら	5.00	
さとう	2.20		トマトピューレ		27.00	【♪白身魚のハーブ焼き】			ウスターソース	1.00	ながねぎ	10.00	
しょうゆ	5.00		ウスターソース		4.50	ホキ切り身70g	70.00		塩	1.30	もやし	30.00	
赤みそ	6.50		中濃ソース		1.00	塩	0.40		こしょう	0.02	干しいたけ(スライス)	1.00	
水	22.00		塩		0.60	こしょう	0.01		カレー粉	0.45	油	0.40	
でんぷん	2.20		こしょう		0.03	白ワイン	2.00		しょうゆ	1.40	塩	0.40	
ごま油	0.55					セロリー	0.25		水	82.00	酒	1.00	
トウバンジャン	0.15		【◆フレンチサラダ】			バジル(粉)	0.10				しょうゆ	3.00	
			キャベツ		45.00	にんにく	0.30		【◆コールスロー】			こしょう	0.03
【根菜チップス】			にんじん		8.00	パセリ(乾)	0.20		キャベツ	40.00	水	10.00	
れんこん	25.00		きゅうり		8.00	オリーブ油	1.00		きゅうり	10.00	でんぷん	2.00	
さつまいも	20.00		酢		2.00	鉄板油	0.00		(冷)ホールコーン	10.00	ごま油	0.50	
じゃがいも	30.00		油		2.50				にんじん	5.00			
揚げ油	3.00		さとう		1.30	【●ポテトカルボナーラ】			酢	2.00	【きゅうりの南蛮漬け】		
塩	0.40		塩		0.48	じゃがいも	70.00		サラダ油	1.50	きゅうり	45.00	
			からし(粉)		0.05	ベーコン千切り	4.00		からし(粉)	0.05	ごま油	1.00	
【◆中華スープ】						にんにく	0.30		さとう	1.30	酢	1.00	
鶏むねこま肉	10.00		【オレンジポンチ(ミックス50)】			サラダ油	0.30		塩	0.40	しょうゆ	1.50	
チンゲンツァイ	10.00		フルーツミックス缶		50.00	★生クリーム	4.00				さとう	0.30	
はくさい	15.00		オレンジジュース(調理用)		30.00	★調理用牛乳	4.00		【ピーチヨーグルト】		塩	0.10	
たまねぎ	20.00					★粉チーズ	3.00		黄桃缶	20.00	一味唐辛子	0.01	
にんじん	5.00		【牛乳】			塩	0.28		★調理用ヨーグルト	50.00			
カットわかめ	0.30		牛乳		206.00	黒こしょう	0.02				【ワントンスープ】		
えのきたけ	5.00								【牛乳】		★ワントンの皮	10.00	
塩	1.10					【#ミネストローネスープ(生トマト)】			牛乳	206.00	豚ももこま肉	10.00	
しょうゆ	2.30					鶏ももこま肉	10.00				にんじん	15.00	
こしょう	0.02					油	1.00				ながねぎ	15.00	
けずり節	4.00					たまねぎ	30.00				もやし	20.00	
水	150.00					にんじん	15.00				干しいたけ(スライス)	1.00	
ごま油	0.50					キャベツ	35.00				塩	0.30	
白いりごま	0.50					トマト	20.00				こしょう	0.02	
						ホールのトマト	20.00				しょうゆ	3.00	
【牛乳】						セロリー	1.00				ごま油	0.20	
牛乳	206.00					塩	1.00				けずり節	4.00	
						こしょう	0.03				水	135.00	
						けずり節	4.00						
						水	110.00				【果物(冷凍みかん)】		
											(冷)みかん	50.00	
						【牛乳】							
						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

2026年 8月10日 ~ 2026年 9月30日

センター寺田 2026-07-10 印刷

9月 1日(火)		9月 2日(水)		9月 3日(木)		9月 4日(金)		9月 7日(月)	
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
【やきとり丼】		【ごはん】		【ごはん】		【ハヤシライス】		【なすドライカレー(ルー減)】	
米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	95.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	カレー粉	0.40
鶏もも角切肉	90.00					牛肩こま肉	30.00	水	0.00
しょうゆ	1.20					赤ワイン	1.50	なす	30.00
酒	1.30	【照り焼きハンバーグ】		【さばのおろしソース】		たまねぎ	105.00	サラダ油	1.00
根しょうが	0.70	1/2絞り豆腐	45.00	さば切身70g	70.00	にんじん	20.00	豚もも挽肉	20.00
鉄板油	0.00	豚もも挽肉	20.00	塩	0.20	マッシュルーム	9.00	豚かた挽肉	20.00
ながねぎ	50.00	豚かた挽肉	20.00	こしょう	0.01	にんにく	0.30	たまねぎ	115.00
	0.00	たまねぎ	35.00	鉄板油	1.00	根しょうが	0.40	にんじん	20.00
しょうゆ	5.00	サラダ油	1.00	だいこん	20.00	油	2.00	(冷)グリーンピース	6.00
さとう	2.50	★パン粉	7.00	根しょうが	0.30	★薄力粉	9.00	にんにく	0.30
みりん	6.00	★殺菌液卵	6.00	しょうゆ	1.20	★バター	4.00	根しょうが	0.60
水	6.00	★調理用牛乳	3.00	さとう	0.30	サラダ油	4.00	油	1.30
でんぷん	0.50	塩	0.40	でんぷん	0.15	(冷)グリーンピース	5.00	★薄力粉	2.50
きざみのり	0.30	鉄板油	0.00			トマトケチャップ	8.00	★バター	1.00
		しょうゆ	2.50	【◆いりどり】		トマトピューレ	13.00	油	1.30
【切干し大根とひじきのサラダ】		みりん	2.80	鶏ももこま肉	25.00	ウスターソース	2.50	カレー粉	0.20
切干しだいこん	4.00	さとう	0.80	にんじん	14.00	塩	1.00	トマトケチャップ	6.50
にんじん	10.00	でんぷん	0.50	ごぼう	12.00	こしょう	0.03	ウスターソース	1.30
きゅうり	8.00	水	1.00	こんにゃく角	14.00	しょうゆ	1.30	塩	1.10
干ひじき(ステンス釜、乾)	0.80			たけのこレトルトパウチ	10.00	さとう	0.50	こしょう	0.04
ツナ	10.00	【野菜のからしあえ】		(冷)さやいんげん	3.00	水	65.00	カレー粉	0.40
(冷)ホールコーン	5.00	キャベツ	35.00	サラダ油	0.60	★ナチュラルチーズ	2.50		
油	0.80	こまつな	10.00	さとう	2.00			【ツナと大根のサラダ】	
★マヨネーズ	2.40	にんじん	5.00	しょうゆ	3.50	【ビーンズサラダ】		きゅうり	15.00
白いりごま	0.40	かまぼこ	5.00	酒	0.50	冷凍青大豆	10.00	にんじん	7.00
さとう	0.80	しょうゆ	2.00	水	14.00	(冷)ホールコーン	10.00	(冷)ホールコーン	8.00
しょうゆ	2.00	みりん	1.60			キャベツ	25.00	だいこん	50.00
塩	0.30	さとう	0.10	【♪田舎汁(さといも)】		きゅうり	20.00	ツナ	11.00
酢	0.80	塩	0.10	豚ももこま肉	10.00	にんじん	5.00	しょうゆ	2.60
ごま油	0.80	からし(粉)	0.08	ごぼう	12.00	酢	2.00	さとう	1.30
				だいこん	20.00	さとう	0.90	サラダ油	1.30
【高野豆腐のみそ汁】		【きのこ汁】		にんじん	15.00	サラダ油	2.00	ごま油	0.70
カットわかめ	0.50	豚ももこま肉	10.00	さといも	20.00	塩	0.50	酢	1.30
油揚げ	5.50	しめじ	10.00	こんにゃく色紙	12.00	こしょう	0.01	塩	0.13
じゃがいも	25.00	えのきたけ	10.00	生揚げ	15.00	からし(粉)	0.05	こしょう	0.01
だいこん	25.00	まいたけ	10.00	サラダ油	0.60				
ながねぎ	15.00	なめこ	5.00	みそ	6.00	【里山フルーツソースヨーグルト】		【ももりんごゼリー】	
高野豆腐(細切り)	2.00	だいこん	10.00	赤みそ	6.00	★調理用ヨーグルト	50.00	粉寒天	0.40
赤みそ	5.50	にんじん	5.00	けずり節(調理用)	4.00	ブルーベリー	10.00	さとう	4.00
みそ	5.50	ながねぎ	15.00	水	125.00	山ぶどう	5.00	水	10.00
けずり節	4.00	豆腐(絹ごし)	15.00			さとう	3.50	りんごジュース	45.00
水	120.00	みそ	6.00	【牛乳】		レモン(果汁、生)	0.20	黄桃缶	30.00
		赤みそ	6.00	牛乳	206.00				
【牛乳】		けずり節	4.00			【牛乳】		【牛乳】	

〔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

2026年 8月10日 ~ 2026年 9月30日

センター寺田 2026-07-10 印刷

9月 8日(火)		9月 9日(水)		9月10日(木)		9月11日(金)		9月14日(月)	
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
【桑都揚げパン】		【◆ガーリックコーンライス】		【わかめじゃこご飯】		【ごはん】		【ごはん】	
★A桑の葉コッペパン70g	0.00	米	88.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00
きな粉	8.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00
さとう	5.00	オリーブ油	0.90	国産わかめご飯の素	1.30				
塩	0.08	パセリ(乾)	0.05	ちりめんじゃこ	2.00	【とんてき】		【いかの香味焼き】	
桑の葉粉	0.20	(冷)ホールコーン	6.00	白いりごま	1.00	豚もも角切肉	70.00	いか切身70g	70.00
揚げ油	7.00	にんにく	1.25			塩	0.30	根しょうが	0.30
		塩	0.70	【◆厚焼き卵】		こしょう	0.01	にんにく	0.30
【ウインナーポトフ】		こしょう	0.03	★殺菌液卵	60.00	でんぷん	3.50	ながねぎ	0.50
ウインナー1cm輪切り	25.00			豚もも挽肉	10.00	揚げ油	5.50	みそ	2.50
鶏ももこま肉	25.00	【◆チキンのトマト煮込み】		たまねぎ	30.00	酒	1.40	みりん	0.70
じゃがいも	45.00	鶏もも皮なし角切り肉	50.00	にんじん	10.00	にんにく	0.40	しょうゆ	1.80
だいこん	30.00	塩	0.20	干しいたけ(スライス)	0.30	トマトケチャップ	2.10	鉄板油	1.00
にんじん	20.00	こしょう	0.01	油	1.00	中濃ソース	3.00		
たまねぎ	30.00	赤ワイン	1.00	さとう	1.10	しょうゆ	2.00	【●野菜の彩り和え】	
キャベツ	35.00	にんにく	0.20	しょうゆ	1.10	さとう	1.50	こまつな	20.00
根しょうが	0.50	根しょうが	0.20	塩	0.50	みりん	3.00	もやし	30.00
にんにく	0.30	サラダ油	2.00	水(だし汁)	5.00			にんじん	15.00
油	1.10	たまねぎ	50.00	鉄板油	0.00	【スタミナキャベツ】		しめじ	8.00
塩	0.95	にんじん	20.00			キャベツ	60.00	油揚げ	4.00
しょうゆ	1.00	じゃがいも	40.00	【みそ根菜汁】		ごま油	0.70	かつおぶし粉	0.50
こしょう	0.03	バジル(粉)	0.05	鶏ももこま肉	20.00	酢	1.10	水	2.50
けずり節	3.00	トマトケチャップ	10.00	にんじん	15.00	しょうゆ	1.40	塩	0.10
水	40.00	ホールトマト	20.00	じゃがいも	20.00	塩	0.30	みりん	2.50
		中濃ソース	2.50	れんこん	10.00	さとう	0.50	しょうゆ	2.50
【●わかめサラダ】		塩	0.60	ごぼう	10.00	にんにく	0.30		
カットわかめ	1.00	こしょう	0.01	油揚げ	5.00	白いりごま	0.80	【ピリ辛肉じゃが】	
きゅうり	15.00	水	20.00	ながねぎ	15.00			豚バラこま肉	20.00
キャベツ	40.00			油	1.00	【みそ汁(えのきたけ)】		酒	1.00
(冷)ホールコーン	10.00	【●オニオンドレッシングサラダ】		みそ	6.00	だいこん	15.00	しょうゆ	1.50
にんじん	7.00	キャベツ	45.00	赤みそ	5.50	にんじん	10.00	白いりごま	1.00
酢	1.50	にんじん	10.00	けずり節	4.00	ながねぎ	10.00	ながねぎ	3.00
しょうゆ	3.00	きゅうり	13.00	水	120.00	えのきたけ	15.00	にんにく	0.30
さとう	1.30	(冷)むき枝豆	5.00			カットわかめ	0.30	ごま油	1.00
塩	0.25	酢	2.00	【ビーフン炒め】		豆腐(絹ごし)	15.00	じゃがいも	90.00
サラダ油	1.30	サラダ油	2.00	ビーフン	9.00	赤みそ	5.00	たまねぎ	40.00
ごま油	0.60	しょうゆ	2.60	豚もも千切肉	10.00	みそ	5.00	にんじん	10.00
白いりごま	0.50	塩	0.20	にんじん	10.00	けずり節	4.00	糸こんにゃく	15.00
		さとう	1.00	たけのこレトルトパウチ	15.00	水	130.00	(冷)さやいんげん	5.00
【牛乳】		たまねぎ	4.00	たまねぎ	20.00			サラダ油	1.00
牛乳	206.00			ピーマン	5.00	【果物(冷凍みかん)】		さとう	3.00
		【チーズケーキ】		干しいたけ(スライス)	0.60	(冷)みかん	50.00	しょうゆ	3.50
		★クリームチーズ	20.00	にら	6.00			みりん	1.50
		★卵	9.00	きくらげ	0.30	【牛乳】		トウバンジャン	0.20
		さとう	7.50	根しょうが	0.30	牛乳	206.00	塩	0.20
		★生クリーム	10.00	油	1.00			水	15.00
		★調理用ヨーグルト	10.00	塩	0.40				
		★薄力粉	2.40	こしょう	0.03			【果物(巨峰)】	
		レモン(果汁、生)	0.20	しょうゆ	1.40			巨峰	30.00
		紙カップ浅押し小判型	1.00	ごま油	0.50				
								【牛乳】	
		【牛乳】		【牛乳】				牛乳	206.00
		牛乳	206.00	牛乳	206.00				

[詳細献立表]

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

2026年 8月10日 ~ 2026年 9月30日

センター寺田 2026-07-10 印刷

9月15日(火)		9月16日(水)		9月17日(木)		9月18日(金)		9月24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
【◆ご飯】		【■ミルクパン】		【かやくごはん】		【◆ご飯】		【◆ごはん(91)】	
米	91.00	★ミルクパン70g	70.00	米	84.00	米	91.00	米	91.00
水	0.00			水	0.00	水	0.00	水	0.00
	0.00	【◆パンプキングラタン】		にんじん	13.00				
【豚肉の生姜焼き(たまねぎ・いため)】		鶏ももこま肉	30.00	ごぼう	13.00	【チキンチキンごぼう】		【鶏肉のネギ塩焼き】	
豚ももこま肉	40.00	かぼちゃ	30.00	鶏ももこま肉	9.00	鶏もも角切肉	70.00	鶏もも切身70g	70.00
豚バラこま肉	20.00	しめじ	5.00	糸こんにゃく	13.00	ごぼう	9.80	根しょうが	0.45
しょうゆ	5.00	たまねぎ	40.00	干しいたけ(スライス)	1.00	でんぷん	3.50	にんにく	0.70
さとう	1.00	油	2.00	白焼きちくわ	6.50	揚げ油	3.50	ながねぎ	4.50
酒	1.00	塩	0.30	油	1.30	(冷)むき枝豆	9.10	酒	1.20
根しょうが	0.70	こしょう	0.03	しょうゆ	4.00	さとう	7.00	みりん	1.20
たまねぎ	40.00	★マカロニ	5.00	酒	1.30	しょうゆ	6.30	塩	0.60
塩	0.08	★薄力粉	7.00	さとう	2.00	みりん	8.40	こしょう	0.01
こしょう	0.01	★バター	2.00	きざみのり	0.30	水(だし汁)	8.40	しょうゆ	0.60
ごま油	0.30	油	4.00					ごま油	0.25
油	1.00	★調理用牛乳	70.00	【さわらの利休焼き】		【野菜のおかか和え(かまぼこ入り)】		白いりごま	1.20
		塩	0.30	さわら切身70g	70.00	こまつな	20.00	鉄板油	1.00
【■じゃこキャベツ】		こしょう	0.02	酒	1.00	もやし	40.00		
キャベツ	50.00	★ナチュラルチーズ	12.00	みそ	3.50	にんじん	10.00	【◆キャベツの八王子しょうが風味】	
刻み昆布	0.60	小判型カップ	1.00	みりん	1.00	かまぼこ	10.00	キャベツ	45.00
ちりめんじゃこ	3.50			白いりごま	1.30	しょうゆ	3.00	にんじん	10.00
白いりごま	1.20	【フレンチきゅうり】		鉄板油	0.00	みりん	1.70	根しょうが	0.80
根しょうが	0.25	きゅうり	40.00			白つきごま	1.00	かつおぶし粉	0.40
ごま油	0.36	油	0.60	【●小松菜と油揚げの煮びたしⅡ】		かつおぶし粉	1.00	しょうゆ	1.50
しょうゆ	1.20	酢	1.20	こまつな	40.00			みりん	1.70
みりん	0.60	さとう	0.20	はくさい	30.00	【◆けんちん汁】		塩	0.20
塩	0.06	にんじん	0.25	にんじん	5.00	豆腐(絹ごし)	25.00		
		こしょう	0.01	油揚げ	4.00	油揚げ	6.00	【◆呉汁】	
【みそ汁(わかめと豆腐)】		からし(粉)	0.02	さとう	0.50	にんじん	10.00	鶏ももこま肉	10.00
カットわかめ	0.80			塩	0.25	ながねぎ	15.00	大豆	5.00
だいこん	20.00	【◆ジュリエヌスープ】		酒	0.50	さといも	30.00	にんじん	15.00
ながねぎ	25.00	ベーコン千切り	10.00	しょうゆ	2.50	だいこん	20.00	だいこん	20.00
豆腐(絹ごし)	20.00	たまねぎ	30.00	水(だし汁)	2.00	こんにゃく短冊	10.00	じゃがいも	15.00
赤みそ	5.00	にんじん	15.00			サラダ油	0.80	ながねぎ	15.00
みそ	6.00	キャベツ	40.00	【●かきたま汁】		塩	0.50	油揚げ	8.00
煮干し	2.00	塩	1.30	鶏ももこま肉	8.00	しょうゆ	6.00	豆腐(絹ごし)	10.00
水	135.00	こしょう	0.02	★卵	15.00	けずり節	4.00	こまつな	10.00
		けずり節	4.00	豆腐(絹ごし)	20.00	水	100.00	みそ	6.00
【果物(みかん)】		水	130.00	にんじん	15.00			赤みそ	5.00
みかん	50.00			たまねぎ	20.00			煮干し	3.00
		【牛乳】		塩	1.10	【果物(巨峰)】		水	115.00
【牛乳】		牛乳	206.00	しょうゆ	1.50	巨峰	30.00		
牛乳	206.00			でんぷん	1.50			【牛乳】	
				けずり節	4.00	【牛乳】		牛乳	206.00
				水	125.00	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

2026年 8月10日 ~ 2026年 9月30日

センター寺田 2026-07-10 印刷

9月25日(金)		9月28日(月)		9月29日(火)		9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	
【#ご飯】		【◆ご飯】		【国産小麦パン】		【▲ブルコギチャーハン】			
米	91.00	米	91.00	★国産小麦パン70g	70.00	米	80.00		
水	0.00	水	0.00			水	0.00		
				【手作りいちごジャム】		牛肩こま肉	22.00		
【赤魚のみそ焼き】		【◆鮭の塩焼き】		冷凍いちご	30.00	酒	1.00		
赤魚切身80g	80.00	甘塩鮭切身70g	70.00	レモン(果汁、生)	0.25	さとう	0.50		
根しょうが	1.50	鉄板油	0.00	さとう	10.00	しょうゆ	1.00		
みそ	5.00			【◆ポークビーンズ】		にんにく	0.20		
さとう	2.50	【ごま和え】		大豆	18.00	油	0.50		
酒	1.50	こまつな	20.00	豚かた角切り肉	20.00	たけのこレトルトパウチ	15.00		
鉄板油	0.50	もやし	35.00	塩	0.10	(冷)ホールコーン	10.00		
		にんじん	15.00	こしょう	0.02	ながねぎ	20.00		
【五目煮豆】		えのきたけ	7.00	じゃがいも	60.00	にんじん	15.00		
大豆	10.00	油揚げ	5.00	にんじん	20.00	根しょうが	0.30		
鶏ももこま肉	5.00	さとう	2.00	たまねぎ	60.00	サラダ油	1.00		
にんじん	10.00	しょうゆ	3.00	(冷)グリーンピース	5.00	さとう	1.00		
ごぼう	10.00	みりん	1.00	サラダ油	1.30	しょうゆ	4.00		
角切こんぶ	0.40	白すりごま	2.00	トマトケチャップ	12.00	塩	0.40		
油	0.80			トマトピューレ	12.00	ごま油	0.60		
しょうゆ	2.00	【●豚汁】		さとう	1.50	【◆ししゃもの香り揚げ】			
さとう	1.50	豚ももこま肉	20.00	★薄力粉	4.00	ししゃも	40.00		
酒	1.00	じゃがいも	25.00	サラダ油	2.00	にんにく	0.10		
白いりごま	0.50	だいこん	20.00	★バター	2.00	根しょうが	0.40		
水	15.00	ごぼう	10.00	ウスターソース	4.00	酒	1.00		
		にんじん	13.00	塩	1.00	しょうゆ	1.00		
【月見汁】		ながねぎ	10.00	こしょう	0.02	ごま油	0.20		
こまつな	5.00	こんにゃく短冊	8.00	水	65.00	でんぷん	4.00		
ながねぎ	15.00	油揚げ	8.00			揚げ油	3.00		
豆腐(絹ごし)	20.00	サラダ油	1.20	【コールスロー】					
さといも	30.00	みそ	13.00	キャベツ	40.00	【♪野菜のごまドレッシング】			
だいこん	20.00	煮干し	3.00	きゅうり	10.00	キャベツ	35.00		
にんじん	15.00	水	120.00	(冷)ホールコーン	10.00	にんじん	10.00		
型抜きかまぼこ	6.00	【果物(冷凍みかん)】		にんじん	5.00	(冷)ホールコーン	10.00		
★うずらの卵	20.00	(冷)みかん	50.00	酢	2.00	しょうゆ	2.00		
塩	0.50			サラダ油	1.50	白つきごま	1.80		
しょうゆ	1.60	【牛乳】		からし(粉)	0.05	塩	0.11		
けずり節	4.00	牛乳	206.00	さとう	1.30	酢	1.10		
水	105.00			塩	0.40	さとう	1.00		
						サラダ油	1.50		
【■果物(巨峰)】				【牛乳】		こしょう	0.01		
巨峰	20.00			牛乳	206.00				
【牛乳】						【冬瓜と卵のスープ】			
牛乳	206.00					とうがん	25.00		
						鶏むねこま肉	10.00		
						★卵	25.00		
						たまねぎ	25.00		
						(冷)ホールコーン	7.00		
						塩	1.10		
						こしょう	0.02		
						しょうゆ	1.20		
						でんぷん	0.60		
						けずり節	4.00		
						水	130.00		
						【牛乳】			
						牛乳	206.00		