選択アレルゲン: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, 飲用牛乳)

0:通常献立 換算学年: センタ

2025年11月 1日 ~ 2025年11月30日

センター元八 2025-10-02 印刷

2025年11月 1日 ~ 2025	L 1 1 1 0 0			11日 7日 (土)		11 日 7日 /仝\		<u> </u>	0-02 印
11月 4日(火)		11月 5日(水)		11月 6日(木)		11月 7日(金)	1	11月10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	
【◆ご飯】		【◆ポークカレー】		【#きのこピラフ】		【#かみかみご飯】		【◆ごはん (91) 】	
米	91.00	米	95. 00	**************************************	80. 00		91.00	米	91. (
水	0. 00	水	0. 00	水	0.00	水	0.00	水	0.0
		豚かた角切り肉	20. 00	鶏ももこま肉	10. 00	ちりめんじゃこ	5. 00		
【マーボー大根】		じゃがいも	60. 00	えのきたけ	5. 00	国産わかめご飯の素	1.00		
だいこん	80.00	たまねぎ	75. 00	しめじ	7. 00			豆腐(絹ごし)	95. (
豚もも挽肉	40.00	にんじん	20. 00	エリンギ	7. 00	【◆いかのネギ塩焼き】		豚ももこま肉	15. (
ながねぎ	25. 00	にんにく	0. 20	たまねぎ	10. 00	いか切身40g	0.00	にんにく	0.3
にんじん	25. 00		0. 80	にんじん	5. 00	いか切身50g	0.00	根しょうが	0. 5
根しょうが	1. 30		1. 70	油	0. 90	いか切身 6 O g	0.00	にんじん	20. (
にんにく	0. 30		9. 00	オリーブ油	0. 20	いか切身70g	70.00	ながねぎ	20. 0
サラダ油	1. 20		4. 50	塩	0. 45	根しょうが	0. 45	チンゲンツァイ	20. (
さとう	2. 00	サラダ油	5. 00	こしょう	0. 02	にんにく	0. 70	たけのこ缶	20. (
しょうゆ	5. 00		0. 40	しょうゆ	2. 60	ながねぎ	4. 50	干ししいたけ(スライス)	0.8
塩	0.00	トマトケチャップ	4. 50			酒	1. 20	サラダ油	1. (
赤みそ	5. 00		1. 00	【ポテトオムレツ】		みりん	1. 20	さとう	2. (
水	20. 00	中濃ソース	1. 70	★殺菌液卵	55. 00	塩	0. 60	しょうゆ	8. (
でんぷん	1. 00		1. 65	たまねぎ	30. 00	黒こしょう	0. 01	トウバンジャン	0. 2
ごま油	1. 00		0. 02	豚もも挽肉	10. 00	しょうゆ	0. 60	酒	1. (
トウバンジャン	0. 13	カレー粉	0. 60	サラダ油	0. 50	ごま油	0. 30	ごま油	0. (
		しょうゆ	1. 40	じゃがいも	30.00	白いりごま	1. 50	塩	0.3
【♪野菜のごまドレッシング】		水	82. 00	★調理用牛乳	6. 00	鉄板油	1. 00	でんぷん	2. (
キャベツ	35. 00			★バター	0. 50			水	35. (
にんじん	10.00	【◆ビーンズサラダ】		塩	0. 50	【じゃが芋のそぼろ煮】			
(冷)ホールコーン	10.00	冷凍青大豆	10.00	こしょう	0. 01	じゃがいも	44. 00	【■大豆の揚げ煮】	
しょうゆ	2. 00	(冷)ホールコーン	10.00		1.00	鶏もも挽肉	12. 00		15. (
白つきごま	1. 80	きゅうり	25. 00	トマトケチャップ	3. 00	たまねぎ	24. 00	でんぷん	3. (
塩	0. 11	にんじん	5. 00	トマトピューレ	1.00	にんじん	8. 80	揚油	2. (
酢	1. 10	酢	2. 00	中濃ソース	1.00	糸こんにゃく	10. 40	しょうゆ	2. 2
さとう	1.00	オリーブ油	2. 50			(冷) さやえんどう	2. 16	さとう	2. (
サラダ油	1. 50	さとう	0. 90	【◆3色サラダ】		<u></u> 油	0. 88	水	3. (
こしょう	0. 01	塩	0. 50	だいこん	25. 00	さとう	0. 88	青のり	0.
		 からし(粉)	0. 05	にんじん	10.00	しょうゆ	2. 64	白いりごま	1. (
【◆ワンタンスープ】		, 3 O (p)	3.33	きゅうり	25. 00	<u></u>	0. 05		
★ワンタンの皮	10.00	【果物(菊花みかん)】		 酢	2. 00	 でんぷん		【♪わかめと卵のスープ】	
豚もも千切肉	15. 00		25. 00	 オリーブ油	2. 50	水	8. 80		10. (
にんじん	10.00		20.00	<u>さとう</u>	0. 90	111	0.00	たまねぎ	15. (
ながねぎ		【牛乳】		<u></u> 塩	0. 40	【みそ根菜汁】		にんじん	10. (
もやし	20.00		206. 00	 からし(粉)	0. 05	鶏ももこま肉	12. 60		10. (
チンゲンツァイ	10.00		200.00	7 3 3 (M)	0.00	にんじん	10. 50		20. (
干ししいたけ(スライス)	1.00			【野菜スープ】		だいこん	21.00	カットわかめ	0.8
塩	0. 70			ベーコン千切り	10.00	ながねぎ	5. 25	塩	0.8
こしょう	0. 70			たまねぎ	30.00	生揚げ	15. 75	しょうゆ	1. {
しょうゆ	3. 00			にんじん	20.00	こんにゃく短冊	12. 60		0. (
	0. 20			キャベツ	40. 00	油	0. 84		1. 3
けずり節	4. 00			(冷) ホールコーン	6. 00	 みそ	7. 35		4. (
水	140.00			<u>(か) ホールコーフ</u> 油	1.00	<u></u> 赤みそ	6. 30		130. (
\N	140.00				0.80	けずり節	4. 20		130. (
【牛乳】				塩 こしょう	0. 80		131. 25		
	206. 00			 しょ う ゆ	1. 20	\/N	131. 25	_ 【午孔】 ★牛乳	206. (
★十孔	200.00		+ +			『田伽 / 祐 龙 か ふ ノ \ 】		★十孔	200. (
				けずり節	4. 00		00.00		
				水	125. 00	みかん	20.00		
				/ 소 . 전 기		7 止 动 7			
				【 牛乳 】 ★牛乳	206. 00	【 牛乳 】 ★牛乳	206. 00		

選択アレルゲン: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, 飲用牛乳)

0:通常献立 換算学年: センタ

2025年11月 1日 ~ 2025年11月30日

センター元八 2025-10-02 印刷

2025年11月 1日 ~ 2025年	+11/130		-					センター元八 2025-10-	.∩∇ El1脚
11月11日(火)		11月12日(水)		11月13日(木)		11月14日(金)		11月17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	
【ご飯】		【◆ビビンバ(切り干し)】		【ゆかりごはん】		【みそラーメン風つけめん】		【◆天狗ごはん】	
米	91.00	米	95. 00	米	91.00	★むし中華めん	155. 00	米	83. 0
水	0.00	水	0. 00	水	0.00	豚もも挽肉	15. 00	赤米	10. 0
		豚もも千切肉	40. 00	ゆかり粉	1. 00	にんじん	15. 00	水	0. 0
【鮭のちゃんちゃん焼き】		にんにく	0. 50			もやし	35. 00	黒いりごま	1. 3
さけ角切	70.00	根しょうが	0. 50	【◆さばの塩焼き】		ながねぎ	20.00	塩	0. 4
キャベツ	30.00	切干しだいこん	5. 00	さば切身40g	0.00	きくらげ	0. 50		_
たまねぎ	20.00	ごま油	1.00	さば切身50g	0.00	(冷) ホールコーン	10.00		05.0
にんじん	5. 00	トウバンジャン	0. 13	さば切身60g	0.00	たけのこ缶	10.00	1/2絞り豆腐	35.0
ピーマン	3.00		1. 30	さば切身70g	70.00	★なると	8. 00	鶏もも挽肉	35.0
えのきたけ	5. 00	さとう	1. 10	塩	0. 40	根しょうが	1.00	鶏むね挽肉	20.0
サラダ油	0.60	しょうゆ	4. 70	鉄板油	0. 50	にんにく	0.50	ながねぎ	15.0
みそ	7. 50	みりん	2. 50	F 1		油	1.00	根しょうが	0.5
さとう	1. 30	にんじん	10.00	【よごし】	10.00	赤みそ	14.00	★殺菌液卵	9.0
しょうゆ	3.00	もやし	30.00	にんじん	13.00	塩	0. 10	★パン粉	7. 0
みりん	4. 00	こまつな	20.00	こまつな	40.00	トウバンジャン	0.10	酒	2. 0
★バター	0. 80	塩	0. 30	だいこん	13. 00	<u>白いりごま</u>	1.00	しょうゆ	2. 0
		しょうゆ	1.50	しょうゆ	0.80	けずり節	3.00	さとう	1.5
【♪茎わかめのしょうが炒め】	00.00	白いりごま	0.60	<u>みりん</u>	1. 80	<u>水</u>	120.00	鉄板油	0.6
くきわかめ	20.00	ごま油	0. 80	さとう	1. 30	ごま油	0. 50	だいこん	20.0
根しょうが	0. 60	FA + + +		みそ	3. 20	FALL - LES MI (AM) I		にんじん	3. 50
ごま油	0.80	【●中華たまごスープ】	10.50	白いりごま	2. 00	【●ゆでうずら卵(3個)】	00.00	しょうゆ	2. 0
しょうゆ	1. 30	鶏ももこま肉	10. 50	かつおぶし粉	0. 20	★うずらの卵	30.00	塩	0. 2
みりん	1. 30	チンゲンツァイ	15. 75	ごま油	1. 30	水	0.00	みりん	1. 5
酒	1. 30	たまねぎ	15. 75	F. 10 11 V		7 h a 11 14 - 10 - 1 N		<u>さとう</u>	1.0
白いりごま	1. 30	にんじん	15. 75	【◆吳汁】	0.00	【♪のり塩ポテト】	00.00	でんぷん	0. 20
Fo. October		きくらげ	0. 53	鶏ももこま肉	8. 00	くし型ポテト	90.00	F.1	
【のっぺい汁】	15.00	<u>★卵</u>	21.00	大豆	5. 00	揚油	3.00	【山の幸和え】	04.0
<u>鶏ももこま肉</u>	15. 00		1. 16	にんじん	15. 00	塩	0. 25		24. 0
さといも	30.00	しょうゆ	2. 10	だいこん	30.00	青のり	0. 20	しらたき	20.0
にんじん	10.00	こしょう	0.02	ながねぎ	15. 00			にんじん	6.0
ながねぎ	10.00	けずり節	3. 15	油揚げ	6.00	【野菜の南蛮漬け】	10.00	きくらげ(乾)	0.6
だいこん	15. 00	水	136. 50	豆腐(絹ごし)	15. 00	きゅうり	10.00	油揚げ	10.0
こんにゃく短冊	10.00	でんぷん	1.05		7. 00		5.00		0.0
干ししいたけ(スライス)	1.00		0. 42		6. 00	<u>だいこん</u>	45. 00		2. 0
豆腐(絹ごし)	15. 00			煮干し	2.00	ごま油	0.50		1. 3
油揚げ		【焼き芋】	35. 00	水	120. 00	しょうゆ	2. 00 0. 30		1. 5
しょうゆ	6. 00 0. 10		35.00	了从 啊 】		さとう			_
<u>塩</u> けずり節				【 牛乳 】 ★牛乳	206. 00	塩 酢	0. 10	【◆翠鶴汁】	25. 0
水	120.00	【 牛乳 】 ★牛乳	206 00	★十孔	200.00	<u></u>	0. 60		
	1. 20	★十孔	206. 00		+ +	一、怀治干丁	0.01	はくさい ながねぎ	25.0
じんかん	1. 20				+ +	【牛乳】	_	えのきたけ	10. 0 7. 0
「					+ +	【午孔】 ★牛乳	206. 00		1.0
【 牛乳 】 ★牛乳	206. 00				+ +	★十孔	200.00	<u> </u>	0. 8
⊼ T fl	200.00							<u>塩</u> しょうゆ	1. 0
								けずり節	4. 0
								水	120. 0
							-		120.0
								【牛乳】	-
									206. 0
								<u>∧ ⊤ ≠∟</u>	200.0
									_

選択アレルゲン: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, 飲用牛乳)

0:通常献立 換算学年: センタ

2025年11月 1日 ~ 2025年11月30日

センター元八 2025-10-02 印刷

2025年11月 1日 ~ 2025	+11/130							ゼ <i>フ</i> ター元八 <u>2025-10-0</u>	ייותנון 20
11月18日(火)		11月19日(水)		11月20日(木)		11月21日(金)		11月25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	8
【◆ごはん (91) 】		【◆八王子産大根の菜飯】		【#食パン】		【八王子産の白いごはん】		【メキシカンライス】	
米	91.00	米	91.00	★食パン40g	0. 00	米	91.00	米	74. 00
水	0. 00	水	0.00	<u> </u>	0.00	水	0.00	カレー粉	0. 45
		八王子産大根ご飯の素	2. 50	★食パン60g	0.00			パプリカ(粉)	0.0
【◆豚すき焼き風煮】		国産菜飯の素	0. 50	★食パン70g	97. 00			オリーブ油	0. 20
焼き豆腐	81. 00					さわら切身 4 0 g	0.00	水	0. 00
さとう				【●ポークビーンズ】		さわら切身50g	0.00	豚もも挽肉	20.00
しょうゆ	0. 90	豆あじ	40.00	大豆	18.00	さわら切身60g	0.00	たまねぎ	20.0
水	13. 50	でんぷん	6.00	豚かた角切り肉	15. 00	<u>さわら切身70g</u>	70.00	にんじん	10.0
豚ももこま肉	18. 00	揚油	4. 50	<u> </u>	0. 10	根しょうが	1.00	ピーマン	7. 0
豚かたこま肉	22. 50	しょうゆ	3.00	こしょう	0. 02	にんにく	0.40	(冷) ホールコーン	10.0
しらたき	40. 50	<u> </u>	1.50	じゃがいも	30.00	しょうゆ	2.00	トマトケチャップ	5. 0
にんじん	18. 00	さとう	1.50	にんじん	20.00		1.00	サラダ油	1.0
はくさい	45. 00	みりん	1.50	たまねぎ	60.00	でんぷん	6.00	カレー粉	0. 5
ながねぎ	18. 00	一味唐辛子	0.01	(冷) グリンピース	5. 00	揚油	4.00	塩	0. 70
サラダ油	0. 90	万能ねぎ	7. 00	サラダ油	1. 30	しょうゆ	3. 50	こしょう	0.02
しょうが	0. 45	FI 10 . 109		トマトケチャップ	12.00	さとう	2. 50	ウスターソース	1. 30
さとう	2. 43	【塩肉じゃが】	22.22	トマトピューレ	12.00	みりん	2.00	チリパウダー	0. 20
しょうゆ	6. 66	じゃがいも	80.00	さとう	1.50	水	1.00		
	0. 22	豚ももこま肉	10.00	★薄力粉	4. 00	* • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		Fri A Line and Line and The W	
水	12. 60	たまねぎ	30.00	サラダ油	2. 00	【キャベツのごまじゃこ】		【はくさいのクリーム煮】	10.0
F		にんじん	15. 00	★バター	2.00	キャベツ	40.00		40.00
【◆スタミナきゅうり】	45.00	糸こんにゃく	20.00	ウスターソース	4. 00	にんじん	10.00		10.00
きゅうり	45. 00	(冷) さやいんげん	5.00	<u> </u>	0. 95	ちりめんじゃこ	3.00	鶏もも皮なしこま肉	20.00
しょうゆ	2. 50	サラダ油	1.00	こしょう	0. 02	しょうゆ	2. 00	にんじん	20.00
さとう	0. 40	さとう	1.50	水	70. 00	さとう	0. 70	たまねぎ	50.00
塩	0. 24		0.50	F 1 1. 12 11 - 42 T		<u> </u>	1.00	はくさい	45. 00
<u>酢</u>	0.80	塩	0.80	【わかめサラダ】	1 00	白いりごま	1.50	油	1. 10
ごま油	0.40	水	20.00	カットわかめ	1.00	塩	0. 20		7. 50
にんにく	0. 10			キャベツ	20.00	Free N. N.		サラダ油	4. 00
F4. 20 2. 7.113		【♪ほうれん草と油揚げのごま和え】	10.00	にんじん	5. 00		10.00	★バター	3.00
【かぶのみそ汁】	05.00	ほうれんそう	10.00	もやし	20.00	豚ももこま肉	10.00		40.00
キャベツ	25. 00	もやし	30.00	(冷) ホールコーン	10.00	じゃがいも	20.00	水	45. 00
ながねぎ	15.00		10.00		3.00		10.00		1. 30
かぶ	20.00		5. 00		1.00	だいこん	30.00		0.0
油揚げ	7. 00		1.00	<u>さとう</u> 白いりごま	1.00		10.00		
カットわかめ	0. 80 6. 00		2. 50	日いり <u>こま</u> ごま油	1.00			【#大根ときゅうりのフレンチドレッシング】	30.00
赤みそ	5. 00		1. 50 0. 20	こま油	1. 00		10. 00 10. 00		
みそ *エ	3.00		0. 20	「 トフノー L ポニ L T		こまつな	0. 50		30.00
<u>煮干し</u> 水		【牛乳】		【♪ スイートポテト 】 さつまいも	65. 00	<u>油</u> みそ	13. 00		2. 00
小	130.00		206 00	<u> </u>	2. 50		2.00		2. 3
【牛乳】		★ 十孔	200.00	さとう	4. 00	水	100.00		0. 90 0. 50
<u>【十五】</u> ★牛乳	206. 00			<u>さとり</u> ★生クリーム	4.00	<i>N</i>	100.00	<u>塩</u> からし(粉)	0. 0
★ 十子に	200.00			<u>★</u> 呈ッリーム ★調理用牛乳	2.00	【牛乳】		がらし(初)	0.00
				ミニマドレーヌカップ	1.00		206. 00		
			+	ミニマトレースカップ	1.00	★ 十分	200.00	【牛乳】	
				【牛乳】				_ 	206. 0
				<u>【十九】</u> ★牛乳	206. 00	<u> </u>		A T 16	200.00
				ヘーデザル	200.00				
						1			
			1			<u> </u>			
						<u> </u>			
						1			+
									1

選択アレルゲン: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, 飲用牛乳)

0:通常献立 換算学年: センタ

11月26日(水)		11月27日(木)		11月28日(金)			
献立名/食品名	р	献立名/食品名	σ	献立名/食品名	ρ	献立名/食品名	g 献立名/食品名
	8	【●ひじきごはん】		【◆はち大根おろしスパゲティ】		III/A I / KIII I	8 II/ Z 1 / X III 1
工工版】 	91.00	米	80.00		90. 00		
	0.00		0.00		0.00		
八	0.00	<u> </u>	1. 10		2.00		
		<u> </u>	10.00		1.00		
<u>【▼ボックの塩焼さ】</u> ほっけ(開き干し)40g	0.00	 油揚げ	8. 00		110.00		
<u>ょうけ (開き干し) 40g</u> ほっけ (開き干し) 50g	0.00	<u> </u>	15. 00		45. 00		
<u>ほうけ (開き干し) 50g</u> ほっけ (開き干し) 60g	0.00	<u> </u>	0. 70		5. 00		
<u>ほうけ (開き干し) り 0 g</u> ほっけ (開き干し) 7 0 g	70.00	<u>ーー 干ししいたけ(スライス)</u> 油	1. 20		4. 00		
<u> </u>	1. 40		2. 60		2. 00		
	1.40				1. 20		
7		しょうゆ	6.00				
【◆筑前煮】	05.00	酒	1. 30		5. 00		
鶏ももこま肉	25. 00			万能ねぎ	3.00		
さといも		【●厚焼き卵】	00.00	刻みのり	0. 30		
白焼きちくわ	10.00		66.00		+		
にんじん	15.00	豚かた挽肉	9. 90		10.00		
ごぼう	15. 00	たまねぎ	22. 00		40.00		
こんにゃく角	15. 00	にんじん	16. 50		10.00		
たけのこ缶	12.00	干ししいたけ(スライス)	0. 55		10.00		
(冷) さやいんげん	5. 00	油	1. 10		5. 00		
サラダ油	0. 60	さとう	1. 98		2. 00		
さとう	1. 20	しょうゆ	1. 98		1. 50		
塩	0. 03	塩	0. 22		0. 05		
しょうゆ	2. 70	水	5. 50	さとう	1. 30		
酒	0. 60	油	1. 10	塩	0. 40		
水	12. 00						
		【◆白菜のゆず風味】		【りんご缶】			
【◆秋のお吸い物】		はくさい	54. 00	りんご(缶詰)	50.00		
鶏胸こま肉	10.00	にんじん	9. 00				
型抜きかまぼこ	10.00	ゆず皮	0. 18	【牛乳】			
カットわかめ	0. 35	ゆず果汁	0. 90		206. 00		
豆腐(絹ごし)	15. 00	 酢	0. 90				
えのきたけ	9. 00	さとう	0. 68				
ながねぎ	15. 00	はちみつ	0. 81				
にんじん	5. 00		0. 36				
こまつな	15. 00						
しょうゆ		【たまねぎのみそ汁】					
	0. 95	たまねぎ	30.00				
	0. 90	えのきたけ	10.00				
だしこんぶ	0. 30	こまつな	10.00				
けずり節	3. 00	 油揚げ	6. 00				
水	130.00	赤みそ	6. 00				
***	1001.00	みそ	6. 00				
【果物(菊花みかん)】		煮干し	2. 00				
みかん	25. 00	水	140. 00				
7.00		•••	1				
【牛乳】							
★牛乳	206 00	【牛乳】					
N I TU	200.00	★牛乳	206. 00		1		
		Λ I TU	200.00				
					 		
	+				+ +		
					+ +		
	1 1		1		1 1		