

[詳細献立表]

選択アレルギー：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

2026年 4月 1日 ~ 2026年 4月30日

センター元八

2026-03-10 印刷

4月 8日(水)		4月 9日(木)		4月10日(金)		4月13日(月)		4月14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
【ごはん】		【ごはん】		【ゆかりごはん】		【ごはん】		【赤米ごはん】	
米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	85.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	もち米	3.00
				ゆかり粉	1.00			赤米	3.00
【マーボー豆腐】		【豚と新玉のしょうが焼き】		【いかのねぎ塩焼き】		【ひじきと豆腐のハンバーグ】		水	0.00
豆腐(絹ごし)	100.00	豚ももこま肉	40.00	いか切身40g	0.00	1/2絞り豆腐	45.00	【鯖のみそ焼き】	
豚もも挽肉	30.00	豚バラこま肉	30.00	いか切身50g	0.00	豚もも挽肉	20.00	さわら切身40g	0.00
ながねぎ	20.00	酒	0.70	いか切身60g	0.00	豚かた挽肉	20.00	さわら切身50g	0.00
たまねぎ	15.00	しょうゆ	5.50	いか切身70g	70.00	たまねぎ	35.00	さわら切身60g	0.00
にんじん	30.00	根しょうが	0.70	根しょうが	0.50	油	0.40	さわら切身70g	70.00
にら	4.00	たまねぎ	60.00	にんにく	0.90	芽ひじき	0.60	根しょうが	1.50
根しょうが	1.50	塩	0.10	ながねぎ	5.50	★パン粉	7.00	酒	2.50
にんにく	0.40	こしょう	0.01	酒	1.40	★スキムミルク	2.00	鉄板油	0.00
干しいたけ(スライス)	0.50	油	1.00	みりん	1.40	★調理用牛乳	3.00	みそ	5.00
油	1.00	【野菜のおかか和え】		塩	0.35	★卵	6.00	みりん	2.50
さとう	1.80	こまつな	15.00	こしょう	0.01	塩	0.40	さとう	2.50
しょうゆ	5.00	はくさい	35.00	しょうゆ	0.70	こしょう	0.03	水	3.00
赤みそ	6.00	にんじん	10.00	ごま油	0.30	鉄板油	0.00		
水	22.00	しょうゆ	2.80	白いりごま	1.40	しょうゆ	2.00	【五目きんぴら】	
でんぷん	2.20	みりん	1.40	鉄板油	0.00	さとう	2.00	鶏ももこま肉	8.00
ごま油	0.55	かつおぶし粉	0.70	【じゃこサラダ】		水(だし汁)	7.00	にんじん	15.00
トウバンジャン	0.15	【みそけんちん汁】		にんじん	5.00	でんぷん	0.25	ごぼう	15.00
【ポップビーンズ】		豆腐(絹ごし)	15.00	はくさい	40.00	【だし塩の浅漬け】		糸こんにゃく	10.00
大豆	15.00	油揚げ	5.00	きゅうり	5.00	キャベツ	40.00	れんこん	10.00
でんぷん	4.50	ごぼう	10.00	(冷)ホールコーン	5.00	にんじん	10.00	一味唐辛子	0.01
揚げ油	3.00	にんじん	10.00	酢	1.50	きゅうり	15.00	油	1.00
青のり	0.15	だいこん	20.00	しょうゆ	1.50	だし塩	0.40	しょうゆ	3.50
塩	0.15	じゃがいも	20.00	さとう	0.60	【呉汁】		さとう	1.20
【中華スープ】		こんにゃく短冊	8.00	塩	0.10	大豆	5.00	酒	1.00
鶏ももこま肉	10.00	ながねぎ	10.00	ごま油	0.50	にんじん	15.00	ごま油	0.30
チンゲンツァイ	10.00	油	0.80	ちりめんじゃこ	3.00	じゃがいも	30.00	【春のすまし汁】	
はくさい	40.00	赤みそ	5.00	【肉じゃが】		ながねぎ	15.00	型抜きかまぼこ(桜ピンク)	8.00
にんじん	10.00	みそ	6.00	じゃがいも	100.00	油揚げ	10.00	カットわかめ	0.40
えのきたけ	5.00	けずり節	4.00	豚かたこま肉	25.00	こまつな	10.00	豆腐(絹ごし)	20.00
カットわかめ	0.40	水	120.00	たまねぎ	55.00	みそ	6.00	えのきたけ	10.00
塩	0.90	【牛乳】		にんじん	20.00	赤みそ	5.00	ながねぎ	20.00
しょうゆ	1.80	★牛乳	206.00	糸こんにゃく	25.00	けずり節	4.00	こまつな	15.00
こしょう	0.02			油	1.00	水	120.00	しょうゆ	1.20
けずり節	4.00			さとう	2.00	【牛乳】		塩	0.90
水	140.00			しょうゆ	6.00	★牛乳	206.00	酒	1.00
ごま油	0.40			塩	0.10			けずり節	3.00
【牛乳】				水	25.00	【牛乳】		だしこんぶ	0.10
★牛乳	206.00			【牛乳】		★牛乳		水	140.00
				★牛乳	206.00			【果物(黄桃缶)】	
								黄桃缶	45.00
								【牛乳】	
								★牛乳	206.00

[詳細献立表]

選択アレルギー：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

2026年 4月 1日 ~ 2026年 4月30日

センター元八

2026-03-10 印刷

4月22日(水)		4月23日(木)		4月24日(金)		4月27日(月)		4月28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
【ごはん】		【スパゲティミートソース】		【かてめし(桑都御膳)】		【たけのごはん】		【ミルクパン】	
米	91.00	★スパゲティ	93.00	米	80.00	米	85.00	★ミルクパン40g	0.00
水	0.00	オリーブ油	3.50	水	0.00	しょうゆ	2.50	★ミルクパン50g	0.00
		塩	0.20	鶏もも皮なしこま肉	10.00	水	0.00	★ミルクパン60g	0.00
【ししゃもの磯辺天ぷら】		豚かた挽肉	55.00	にんじん	11.00	たけのこ(ゆで)	25.00	★ミルクパン70g	70.00
ししゃも	40.00	赤ワイン	2.60	干ししいたけ(スライス)	0.80	鶏もも皮なしこま肉	6.00		
青のり	0.20	たまねぎ	110.00	白焼きちくわ	5.00	油揚げ	7.00	【白身魚のハーブ焼き】	
★殺菌液卵	7.00	にんじん	30.00	油揚げ	5.00	しょうゆ	2.00	ホキ切身40g	0.00
水	6.00	セロリー	1.50	根しょうが	1.00	塩	0.35	ホキ切身50g	0.00
★薄力粉	5.00	にんにく	0.50	みりん		さとう	0.30	ホキ切身60g	0.00
コーンスターチ	2.00	油	1.50	しょうゆ	2.00	酒	1.00	ホキ切身70g	70.00
揚げ油	4.00	カットトマト	15.00	酒	5.00	水(だし汁)	0.00	塩	0.25
		トマトケチャップ	14.00	油	1.20			こしょう	0.01
		トマトピューレ	30.00	白いりごま	1.00	【さばの塩焼き】		白ワイン	2.00
【ビーフン炒め】		ウスターソース	4.50			さば切身40g	0.00	セロリー	0.25
ビーフン	9.00	塩	0.60	【桑都焼き】		さば切身50g	0.00	パジル(粉)	0.05
豚もも干切肉	10.00	こしょう	0.03	さごち切身40g	0.00	さば切身60g	0.00	にんにく	0.30
にんじん	10.00	★ナチュラルチーズ	3.00	さごち切身50g	0.00	さば切身70g	70.00	パセリ(乾)	0.05
たけのこレトルトパウチ	15.00			さごち切身60g	0.00	酒	2.50	オリーブ油	1.00
たまねぎ	20.00	【フレンチサラダ】		塩	0.40	鉄板油	0.00	鉄板油	0.00
干ししいたけ(スライス)	0.60	キャベツ	45.00	さごち切身70g	70.00				
にら	6.00	にんじん	8.00	★マヨネーズ	5.00	【八王子ナポリタン】			
きくらげ	0.30	(冷) ホールコーン	10.00	みそ	3.00	★スパゲティ	25.00		
根しょうが	0.30	きゅうり	8.00	桑の葉粉	0.14	ベーコン千切り	6.50		
油	1.00	酢	2.00	酒	0.70	たまねぎ	10.00		
塩	0.40	オリーブ油	2.50	塩	0.24	ピーマン	6.50		
こしょう	0.03	さとう	1.30	小判型カップ	1.00	にんじん	6.50		
しょうゆ	1.40	塩	0.50			油揚げ	7.00		
ごま油	0.50	からし(粉)	0.05	【ごま和え】		かつおぶし粉	0.30		
				キャベツ	35.00	塩	0.10		
【豚と豆の角煮風】		【オレンジポンチ】		にんじん	10.00	みりん	2.00		
豚かたこま肉	12.00	フルーツミックス缶	50.00	しめじ	7.00	さとう	0.50		
大豆	12.00	みかんジュース	30.00	油揚げ	8.00	しょうゆ	2.50		
根しょうが	0.85			さとう	1.20				
しょうゆ	4.00	【牛乳】		しょうゆ	1.80	【じゃがいもみそ汁】			
さとう	3.00	★牛乳	206.00	みりん	0.60	じゃがいも	30.00		
酒	1.20			白つきごま	1.00	だいこん	15.00		
みりん	1.20					ながねぎ	15.00		
				【かきたま汁】		カットわかめ	0.30		
【みそ汁】				★卵	20.00	豆腐(絹ごし)	20.00		
はくさい	30.00			豆腐(絹ごし)	25.00	赤みそ	5.00		
にんじん	10.00			にんじん	10.00	みそ	6.00		
ながねぎ	10.00			たまねぎ	25.00	けずり節	4.00	【野菜スープ】	
かぶ	25.00			こまつな	10.00	水	130.00	ベーコン短冊	10.00
油揚げ	7.00			塩	1.00	高野豆腐(細切り)	0.60	たまねぎ	20.00
赤みそ	5.00			しょうゆ	1.50	【牛乳】		にんじん	10.00
みそ	6.00			でんぷん	1.00	★牛乳	206.00	キャベツ	25.00
煮干し	3.00			けずり節	4.00			じゃがいも	25.00
水	130.00			水	130.00			油	0.50
				でんぷん	1.00			塩	1.00
【牛乳】								こしょう	0.02
★牛乳	206.00			【果物(柑橘類)】				けずり節	4.00
				柑橘類	50.00			水	135.00
				【牛乳】				【牛乳】	
				★牛乳	206.00			★牛乳	206.00

