

[詳細献立表]

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

0:通常献立
2026年 8月 1日 ~ 2026年 9月30日

換算学年: センタ

センター南大沢 2026-07-09 印刷

8月26日(水)		8月27日(木)		8月28日(金)		8月31日(月)		9月 1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
【スパゲティミートソース】		【ごはん】		【チキンカレー】		【ごはん】		【やきとり丼】	
★スパゲティ	93.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00
オリーブ油	3.50	水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00
ベーコン千切り	5.00			鶏もも皮なしこま肉	25.00			鶏もも皮なし角切り肉	70.00
塩	0.20	【マーボー豆腐】		じゃがいも	60.00	【豚キムチ】		しょうゆ	1.20
		豆腐(絹ごし)	90.00	たまねぎ	75.00	豚バラこま肉	20.00	酒	1.30
豚かた挽肉	55.00	豚もも挽肉	30.00	にんじん	20.00	豚かたこま肉	10.00	根しょうが	0.70
牛肩挽肉	0.00	ながねぎ	25.00	にんにく	0.20	にんにく	0.30	鉄板油	0.00
赤ワイン	2.60	たまねぎ	10.00	根しょうが	0.80	酒	0.30	ながねぎ	50.00
たまねぎ	110.00	にんじん	30.00	サラダ油	1.70	しょうゆ	1.00		0.00
にんじん	30.00	たけのこレトルトパウチ	10.00	★小麦粉	9.00	生揚げ	15.00	しょうゆ	5.00
セロリー	1.50	にら	4.00	★バター	4.50	キムチ漬け	20.00	さとう	2.50
にんにく	0.50	根しょうが	1.50	サラダ油	5.00	八王子産白菜キムチ	20.00	みりん	6.00
油	1.50	にんにく	0.40	カレー粉	0.40	根しょうが	1.00	水	6.00
ホールトマト	15.00	干しいたけ(スライス)	0.50	トマトケチャップ	4.50	たまねぎ	15.00	でんぱん	0.50
トマトケチャップ	14.00	サラダ油	1.00	ウスターソース	1.00	にら	5.00	きざみのり	0.30
トマトピューレ	30.00	さとう	2.20	中濃ソース	1.70	ながねぎ	20.00		
ウスターソース	4.50	しょうゆ	5.00	塩	1.65	はくさい	20.00	【切干大根とひじきのサラダ】	
塩	0.60	赤みそ	6.50	こしょう	0.02	干しいたけ(スライス)	1.00	切干しだいこん	4.00
こしょう	0.03	水	22.00	カレー粉	0.60	油	1.00	にんじん	10.00
★ナチュラルチーズ	3.00	でんぱん	2.20	しょうゆ	1.40	塩	0.50	きゅうり	8.00
		ごま油	0.55	水	82.00	しょうゆ	1.50	干ひじき(ステン釜、乾)	0.80
【フレンチサラダ】		トウバンジャン	0.15			酒	1.00	ツナ	10.00
キャベツ	45.00			【水菜とベーコンのサラダ】		こしょう	0.03	(冷)ホールコーン	5.00
にんじん	8.00	【ポップビーンズ】		みずかけな	10.00	水	10.00	油	0.80
きゅうり	8.00	大豆	15.00	きゅうり	20.00	でんぱん	0.50	★マヨネーズ	2.40
酢	2.00	でんぱん	4.00	だいこん	30.00	ごま油	0.50	白いりごま	0.40
オリーブ油	2.50	揚げ油	3.00	(冷)ホールコーン	7.00	さとう		さとう	0.80
さとう	1.30	青のり	0.15	酢	1.20	【きゅうりの南蛮漬け】		しょうゆ	2.00
塩	0.48	精製塩	0.15	しょうゆ	2.80	きゅうり	45.00	塩	0.30
からし(粉)	0.05			さとう	1.00	ごま油	1.00	酢	0.80
		【中華スープ】		塩	0.12	酢	1.00	ごま油	0.80
【オレンジポンチ】		鶏むねこま肉	10.00	サラダ油	0.50	しょうゆ	1.50		
フルーツミックス缶	50.00	こまつな	10.00	ごま油	0.60	さとう	0.30	【高野豆腐のみそ汁】	
みかんジュース	30.00	はくさい	15.00	ベーコン短冊	4.00	塩	0.10	カットわかめ	0.50
		たまねぎ	20.00	サラダ油	0.30	一味唐辛子	0.01	油揚げ	5.50
【牛乳】		にんじん	5.00					じゃがいも	25.00
★牛乳	206.00	カットわかめ	0.30	【ピーチヨーグルト】		【ワンタンスープ】		だいこん	25.00
		えのきたけ	5.00	黄桃缶	50.00	★ワンタンの皮	10.00	ながねぎ	15.00
		塩	1.10	★調理用ヨーグルト	50.00	豚ももこま肉	8.00	高野豆腐(細切り)	2.00
		しょうゆ	2.30			にんじん	15.00	赤みそ	5.50
		こしょう	0.02	【牛乳】		ながねぎ	15.00	みそ	5.50
		けずり節	4.00	★牛乳	206.00	もやし	20.00	けずり節	4.00
		水	135.00			干しいたけ(スライス)	1.00	水	130.00
		ごま油	0.50			塩	0.30		
		白いりごま	0.50			こしょう	0.02	【牛乳】	
						しょうゆ	3.00	★牛乳	206.00
		【牛乳】				ごま油	0.20		
		★牛乳	206.00			けずり節	4.00		
						水	135.00		
						【果物(ぼんかん)】			
						冷凍ぼんかん	50.00		
						【牛乳】			
						★牛乳	206.00		

[詳細献立表]

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

0:通常献立
2026年 8月 1日 ~ 2026年 9月30日

換算学年: センタ

センター南大沢 2026-07-09 印刷

9月 2日(水)		9月 3日(木)		9月 4日(金)		9月 7日(月)		9月 8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
【ウイナーピラフ】		【ハヤシライス】		【ごはん】		【ごはん】		【桑都あげパン】	
米	80.00	米	90.00	米	91.00	米	91.00	★A桑の葉コッパパン70g	0.00
押麦	4.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	きな粉	8.00
オリーブ油	3.00	牛肩こま肉	30.00					さとう	5.00
水	0.00	赤ワイン	1.50	【鯖のおろしソース】		【鮭の塩焼き】		精製塩	0.08
鶏もも皮なしこま肉	10.00	たまねぎ	105.00	さば切身70g	70.00	甘塩鮭切身70g	70.00	桑の葉粉	0.20
ウイナー0.5cm輪切り	10.00	にんじん	20.00	塩	0.20	鉄板油	0.00	揚げ油	7.00
にんじん	15.00	マッシュルーム	9.00	こしょう	0.01				
たまねぎ	25.00	にんにく	0.30	鉄板油	1.00	【いりどり】		【ウイナーボトフ】	
(冷)ホールコーン	7.00	根しょうが	0.40	だいこん	20.00	鶏もも皮なしこま肉	25.00	鶏もも皮なしこま肉	20.00
ピーマン	5.00	油	2.00	根しょうが	0.30	根しょうが	1.00	ウイナー1cm輪切り	20.00
にんにく	0.50	★小麦粉	9.00	しょうゆ	1.20	にんじん	14.00	油	0.90
油	0.80	★バター	4.00	みりん	1.50	ごぼう	12.00	じゃがいも	40.00
塩	1.00	サラダ油	4.00	さとう	0.30	こんにゃく角	14.00	にんじん	20.00
こしょう	0.03	(冷)グリーンピース	5.00	でんぶ	0.15	たけのこレトルトパウチ	10.00	たまねぎ	40.00
しょうゆ	1.50	トマトケチャップ	8.00			(冷)さやいんげん	3.00	キャベツ	50.00
		トマトピューレ	13.00	【ごま和え】		サラダ油	0.60	(冷)さやいんげん	5.00
【ホキのハーブ焼き】		ウスターソース	2.50	ごまつな	20.00	さとう	2.00	根しょうが	0.50
ホキ切り身70g	70.00	塩	1.00	もやし	35.00	しょうゆ	3.50	にんにく	0.45
塩	0.40	こしょう	0.03	にんじん	15.00	酒	0.50	塩	0.90
こしょう	0.01	しょうゆ	1.30	えのきたけ	7.00	水(だし汁)	14.00	こしょう	0.03
白ワイン	2.00	さとう	0.50	油揚げ	5.00			しょうゆ	1.35
セロリー	0.25	水	65.00	さとう	2.00	【豚汁】		水	50.00
バジル(粉)	0.10	★ナチュラルチーズ	2.50	しょうゆ	3.00	豚ももこま肉	15.00	けずり節(調理用)	3.00
にんにく	0.30			みりん	1.00	だいこん	25.00		
パセリ(乾)	0.20	【ビーンズサラダ】		白すりごま	2.00	にんじん	15.00	【じゃこわかめサラダ】	
オリーブ油	1.00	冷凍青大豆	10.00			しめじ	5.00	カットわかめ	1.00
鉄板油	0.00	(冷)ホールコーン	10.00	【田舎汁】		ながねぎ	15.00	だいこん	45.00
		キャベツ	25.00	豚ももこま肉	10.00	こんにゃく短冊	5.00	にんじん	10.00
【ポテトカルボナーラ】		きゅうり	20.00	ごぼう	10.00	豆腐(絹ごし)	15.00	(冷)むぎ枝豆	5.00
じゃがいも	70.00	にんじん	5.00	だいこん	15.00	油揚げ	5.00	(冷)ホールコーン	5.00
ベーコン千切り	4.00	酢	2.00	にんじん	15.00	ごまつな	5.00	ちりめんじゃこ	1.50
にんにく	0.30	さとう	0.90	じゃがいも	20.00	サラダ油	1.00	酢	1.50
サラダ油	0.30	オリーブ油	2.00	こんにゃく色紙	10.00	みそ	13.00	しょうゆ	2.60
★生クリーム	4.00	塩	0.50	生揚げ	15.00	けずり節(調理用)	4.00	さとう	1.30
★調理用牛乳	4.00	こしょう	0.01	サラダ油	0.60	水	100.00	塩	0.20
★粉チーズ	3.00	からし(粉)	0.05	みそ	6.00			サラダ油	1.30
塩	0.28			赤みそ	7.00	【果物(ぼんかん)】		ごま油	0.60
黒こしょう	0.02	【里山フルーツソースヨーグルト】		けずり節(調理用)	4.00	冷凍ぼんかん	50.00		
		★調理用ヨーグルト	55.00	水	110.00			【果物(みかん)】	
【ミネストローネ】		ブルーベリー	10.00			【牛乳】		冷凍みかん	50.00
ベーコン色紙	10.00	山ぶどう	5.00	【牛乳】		★牛乳	206.00		
油	0.40	さとう	3.50	★牛乳	206.00			【牛乳】	
たまねぎ	35.00	レモン(果汁、生)	0.20					★牛乳	206.00
にんじん	15.00								
キャベツ	30.00	【牛乳】							
ホールトマト	40.00	★牛乳	206.00						
セロリー	1.00								
塩	1.00								
こしょう	0.03								
けずり節	4.00								
水	85.00								
【牛乳】									
★牛乳	206.00								

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

0:通常献立 換算学年: センタ
2026年 8月 1日 ~ 2026年 9月30日

センター南大沢 2026-07-09 印刷

9月 9日(水)		9月10日(木)		9月11日(金)		9月14日(月)		9月15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
【わかめじゃこごはん】		【ごはん】		【ごはん】		【秋なすのドライカレー】		【かやくごはん】	
米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	84.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	カレー粉	0.10	水	0.00
国産わかめご飯の素	1.30					水	0.00	にんじん	13.00
ちりめんじゃこ	2.00	【とんてき】		【四川豆腐】		なす	30.00	ごぼう	13.00
白いりごま	1.00	豚ロース切り身	70.00	豆腐(絹ごし)	85.00	サラダ油	1.00	鶏ももこま肉	9.00
		塩	0.30	豚ももこま肉	20.00	豚もも挽肉	20.00	糸こんにゃく	10.00
【厚焼き卵】		こしょう	0.01	豚かたこま肉	10.00	豚かた挽肉	20.00	干しいたけ(スライス)	1.00
★殺菌液卵	60.00	でんぷん	3.50	にんにく	0.30	たまねぎ	115.00	焼き竹輪	6.50
豚もも挽肉	10.00	揚げ油	5.50	根しょうが	0.50	にんじん	20.00	油	1.30
たまねぎ	30.00	酒	1.40	にんじん	20.00	(冷)グリーンピース	6.00	しょうゆ	4.00
にんじん	10.00	にんにく	0.40	ながねぎ	20.00	にんにく	0.30	酒	1.30
干しいたけ(スライス)	0.30	トマトケチャップ	2.10	チンゲンツァイ	20.00	根しょうが	0.60	さとう	2.00
油	1.00	中濃ソース	3.00	たけのこレトルトパウチ	20.00	油	1.30	きざみのり	0.30
さとう	1.10	しょうゆ	2.00	干しいたけ(スライス)	1.00	★小麦粉	2.50		
しょうゆ	1.10	さとう	1.50	サラダ油	1.20	★バター	1.00	【鯖の利休焼き】	
塩	0.50	みりん	3.00	さとう	2.00	油	1.30	さわら切身70g	70.00
水(だし汁)	5.00			しょうゆ	8.00	カレー粉	0.20	酒	1.00
鉄板油	0.00	【スタミナキャベツ】		トウバンジャン	0.15	トマトケチャップ	6.50	みそ	3.50
		キャベツ	60.00	酒	1.00	ウスターソース	1.30	みりん	1.00
【ピーマン炒め】		ごま油	0.70	ごま油	0.60	塩	1.10	白いりごま	1.30
ピーマン	9.00	酢	1.10	塩	0.30	こしょう	0.04	鉄板油	0.00
豚もも千切肉	10.00	しょうゆ	1.40	でんぷん	3.00	カレー粉	0.40		
にんじん	10.00	塩	0.30	水	35.00			【小松菜と油揚げの煮びたし】	
たけのこレトルトパウチ	15.00	さとう	0.50			【ツナと大根のサラダ】		こまつな	40.00
たまねぎ	20.00	にんにく	0.30	【くずきりスープ】		きゅうり	15.00	はくさい	30.00
ピーマン	5.00	白いりごま	0.80	鶏ももこま肉	10.00	にんじん	7.00	にんじん	5.00
干しいたけ(スライス)	0.60			にんじん	11.00	(冷)ホールコーン	8.00	油揚げ	4.00
にら	6.00	【えのきのみそ汁】		はくさい	35.00	だいこん	50.00	さとう	0.50
きくらげ	0.30	だいこん	15.00	ながねぎ	15.00	ツナ	11.00	塩	0.25
根しょうが	0.30	にんじん	10.00	くずきり	3.00	しょうゆ	2.60	酒	0.50
油	1.00	ながねぎ	10.00	塩	1.10	さとう	1.30	しょうゆ	2.50
塩	0.40	えのきたけ	15.00	しょうゆ	2.20	サラダ油	1.30	水(だし汁)	2.00
こしょう	0.03	カットわかめ	0.30	けずり節	4.00	ごま油	0.70		
しょうゆ	1.40	豆腐(絹ごし)	15.00	水	120.00	酢	1.30	【かきたま汁】	
ごま油	0.50	赤みそ	5.00	白いりごま	2.20	塩	0.13	鶏ももこま肉	8.00
		みそ	5.00			こしょう	0.01	★卵	15.00
【みそ根菜汁】		かつおだしパック	4.00	【フルーツ白玉】				豆腐(絹ごし)	20.00
鶏もも皮なしこま肉	20.00	水	130.00	フルーツミックス缶	50.00	【桃りんごゼリー】		にんじん	15.00
にんじん	15.00			冷凍メルト白玉	30.00	粉寒天	0.48	たまねぎ	20.00
じゃがいも	20.00	【牛乳】				さとう	4.00	カットわかめ	0.50
れんこん	10.00	★牛乳	206.00	【牛乳】		水	10.00	塩	1.10
ごぼう	10.00			★牛乳	206.00	りんごジュース	45.00	しょうゆ	1.50
油揚げ	5.00					黄桃缶	50.00	でんぷん	1.50
ながねぎ	15.00							けずり節	4.00
油	1.00					【牛乳】		水	125.00
みそ	6.00					★牛乳	206.00		
赤みそ	6.00							【牛乳】	
けずり節	4.00							★牛乳	206.00
水	120.00								
【牛乳】									
★牛乳	206.00								

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

0:通常献立 換算学年:センタ
2026年 8月 1日 ~ 2026年 9月30日

センター南大沢 2026-07-09 印刷

9月16日(水)		9月17日(木)		9月18日(金)		9月24日(木)		9月25日(金)	
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
【ミルクパン】		【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】		【ごはん】	
★ミルクパン70g	70.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00
		水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00
【パンピングラタン】									
鶏むね皮なしこま肉	30.00	【いかのピリ辛揚げ】		【豚肉の生姜焼き】		【鶏肉のネギ塩焼き】		【赤魚のみそ焼き】	
かぼちゃ	30.00	いか切身70g	70.00	豚ももこま肉	40.00	鶏もも皮なし切身70g	70.00	赤魚切身80g	80.00
しめじ	5.00	でんぱん	8.00	豚バラこま肉	20.00	根しょうが	0.45	根しょうが	1.50
たまねぎ	40.00	揚げ油	5.00	しょうゆ	5.00	にんにく	0.70	みそ	5.00
油	2.00	ながねぎ	7.00	さとう	1.00	ながねぎ	4.50	さとう	2.50
塩	0.30	根しょうが	1.00	酒	1.00	酒	1.20	酒	1.50
こしょう	0.03	にんにく	0.20	根しょうが	0.70	みりん	1.20	鉄板油	0.50
★マカロニ	5.00	しょうゆ	4.00	たまねぎ	40.00	塩	0.60		
★小麦粉	7.00	さとう	1.30	塩	0.08	こしょう	0.01	【五目煮豆】	
★バター	2.00	白いりごま	1.00	こしょう	0.01	しょうゆ	0.60	豚かたこま肉	12.00
油	4.00	みりん	1.30	ごま油	0.30	ごま油	0.25	にんじん	12.00
★調理用牛乳	70.00	酢	1.30	油	1.00	白いりごま	1.20	ごぼう	15.00
塩	0.30	トウバンジャン	0.20			鉄板油	1.00	大豆	12.00
こしょう	0.02			【じゃこキャベツ】				(冷)むき枝豆	3.00
★ナチュラルチーズ	12.00	【野菜のおかか和え】		キャベツ	40.00	【キャベツの八王子ショウガ風味】		根しょうが	0.84
小判型カップ	1.00	こまつな	20.00	こまつな	10.00	キャベツ	45.00	しょうゆ	3.60
		もやし	40.00	塩昆布	1.00	きゅうり	10.00	さとう	2.40
【フレンチきゅうり】		にんじん	10.00	ちりめんじゃこ	3.50	油揚げ	5.00	酒	1.20
きゅうり	40.00	かまぼこ	10.00	白いりごま	1.20	根しょうが	0.80	みりん	1.20
油	0.60	しょうゆ	3.00	根しょうが	0.25	かつおぶし粉	0.40		
酢	1.20	みりん	1.70	ごま油	1.00	しょうゆ	1.50	【月見汁】	
さとう	0.20	白つきごま	1.00	塩	0.04	みりん	1.70	こまつな	10.00
塩	0.25	かつおぶし粉	1.00			塩	0.20	ながねぎ	10.00
こしょう	0.01			【わかめと豆腐のみそ汁】				豆腐(絹ごし)	15.00
からし(粉)	0.02	【けんちん汁】		カットわかめ	0.80	【呉汁】		さといも	25.00
		豆腐(絹ごし)	15.00	だいこん	20.00	鶏ももこま肉	10.00	だいこん	20.00
【ジュリエンスープ】		油揚げ	10.00	ながねぎ	25.00	大豆	5.00	にんじん	15.00
ベーコン千切り	10.00	ごぼう	10.00	豆腐(絹ごし)	20.00	にんじん	15.00	型抜きかまぼこ 月見	6.00
たまねぎ	30.00	にんじん	10.00	赤みそ	6.00	だいこん	20.00	★うずらの卵	20.00
にんじん	15.00	ながねぎ	10.00	みそ	8.00	じゃがいも	15.00	塩	0.50
キャベツ	40.00	さといも	30.00	煮干し	2.00	ながねぎ	15.00	しょうゆ	1.60
塩	1.30	だいこん	15.00	水	135.00	油揚げ	8.00	けずり節	4.00
こしょう	0.02	こんにゃく短冊	10.00			豆腐(絹ごし)	10.00	水	105.00
かつおだしパック	4.00	サラダ油	0.80	【果物(シャインマスカット)】		こまつな	10.00		
水	130.00	塩	0.50	マスカット(粒)	20.00	みそ	7.00	【果物(シャインマスカット)】	
		しょうゆ	6.00			赤みそ	6.00	マスカット(粒)	20.00
		けずり節	4.00	【牛乳】		煮干し	3.00		
【牛乳】		水	100.00	★牛乳	206.00	水	100.00	【牛乳】	
★牛乳	206.00							★牛乳	206.00
		【果物(巨峰)】				【高尾)】			
		巨峰	30.00			巨峰	30.00		
		【牛乳】				【牛乳】			
		★牛乳	206.00			★牛乳	206.00		

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

センター南大沢 2026-07-09 印刷

0:通常献立 換算学年:センタ
2026年 8月 1日 ~ 2026年 9月30日