

[ 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)

0: 通常献立

2026年 3月 1日 ~ 2026年 3月31日

センター寺田

3月 2日(月)		3月 3日(火)		3月 4日(水)		3月 5日(木)		3月 6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
<b>【牛丼】</b>		<b>【ちらし寿司】</b>		<b>【きなこ揚げパン】</b>		<b>【氏照ごはん】</b>		<b>【ポークカレーライス】</b>	
米	95.00	米	80.00	★国産小麦コッペパン70g	70.00	米	78.00	米	95.00
水	0.00	酢	3.50	きな粉	8.00	もち米	4.00	水	0.00
牛肩こま肉	40.00	さとう	2.50	さとう	5.00	米粒麦	4.00	豚かた角切り肉	20.00
牛ももこま肉	40.00	根しょうが	1.00	グラニュー糖	2.00	きび	2.50	豚もも角切り肉	10.00
しらたき	30.00	鶏ももこま肉	10.00	塩	0.08	赤米	2.50	じゃがいも	55.00
たまねぎ	40.00	干しいたけ(スライス)	0.90	揚げ油	7.00	水	0.00	たまねぎ	75.00
根しょうが	1.00	かんぴょう	0.90					にんじん	20.00
さとう	3.50	にんじん	15.00	<b>【ポトフ】</b>		<b>【魚の桜風あられ揚げ】</b>		にんにく	0.20
酒	1.00	油揚げ	8.00	鶏ももこま肉	20.00	まず角切り	70.00	根しょうが	0.80
みりん	2.50	(冷)むぎ枝豆	5.00	ウインナー1cm輪切り	20.00	塩	0.40	油	1.70
しょうゆ	8.50	さとう	2.00	油	0.90	★薄力粉	7.00	★薄力粉	9.00
		しょうゆ	4.50	じゃがいも	35.00	でんぷん	2.80	★バター	4.50
<b>【浅漬け】</b>		酒	1.10	にんじん	20.00	水	15.00	油	5.00
はくさい	50.00	白いりごま	1.00	たまねぎ	35.00	ぶぶあられ	15.00	カレー粉	0.55
にんじん	10.00	★むきえび	20.00	キャベツ	45.00	揚げ油	6.50	トマトケチャップ	4.50
きゅうり	15.00	酒	0.45	ブロッコリー	20.00			ウスターソース	1.00
塩	0.40	酢	0.45	根しょうが	0.50	<b>【小田原かまぼこのごま和え】</b>		中濃ソース	1.70
		塩	0.01	にんにく	0.45	こまつな	20.00	塩	1.65
<b>【野菜とえのきのみそ汁】</b>		さとう	0.45	塩	0.90	もやし	30.00	こしょう	0.02
だいこん	20.00	刻みのり	0.30	こしょう	0.03	にんじん	7.00	カレー粉	0.45
にんじん	10.00			しょうゆ	1.35	小田原かまぼこ	7.00	しょうゆ	1.40
ながねぎ	10.00	<b>【さわらの利休焼き】</b>		水	55.00	さとう	2.00	水	82.00
えのきたけ	15.00	さわら切身70g	70.00	けずり節	2.00	しょうゆ	2.60		
カットわかめ	0.30	酒	1.00			塩	0.13	<b>【フレンチサラダ】</b>	
豆腐(絹ごし)	20.00	赤みそ	3.50	<b>【大根のフレンチサラダ】</b>		白いりごま	1.50	(冷)むぎ枝豆	5.00
赤みそ	8.00	みりん	1.00	だいこん	30.00			(冷)ホールコーン	5.00
みそ	3.00	白つきごま	1.30	きゅうり	25.00	<b>【寄居町のトントロリスープ】</b>		キャベツ	45.00
けずり節	4.00	鉄板油	0.00	にんじん	15.00	豚ももこま肉	10.00	きゅうり	8.00
水	130.00			酢	2.40	根しょうが	0.35	にんじん	8.00
		<b>【菜の花の和え物】</b>		オリーブ油	3.00	しょうゆ	0.60	酢	2.00
<b>【果物(清見オレンジ)】</b>		なばな	20.00	さとう	1.10	でんぷん	0.80	オリーブ油	2.50
清見オレンジ	50.00	にんじん	15.00	塩	0.50	にんじん	7.00	さとう	1.30
		もやし	25.00	からし(粉)	0.06	ながねぎ	13.00	塩	0.50
<b>【牛乳】</b>		油揚げ	4.00			えのきたけ	6.00	からし(粉)	0.05
牛乳	206.00	さとう	0.80	<b>【果物(でこぼん)】</b>		(冷)ホールコーン	12.00		
		しょうゆ	2.00	でこぼん	50.00	ほうれんそう	13.00	<b>【フルーツ白玉】</b>	
		みりん	3.00			★卵	20.00	フルーツミックス缶	50.00
		かつおぶし粉	0.30	<b>【牛乳】</b>		しょうゆ	3.00	冷凍メルト白玉	25.00
				牛乳	206.00	塩	0.60		
		<b>【すまし汁】</b>				こしょう	0.01	<b>【牛乳】</b>	
		鶏もも皮なしこま肉	10.00			けずり節	4.00	牛乳	206.00
		型抜きかまぼこ	8.00			水	130.00		
		カットわかめ	0.50			でんぷん	1.20		
		はくさい	10.00						
		ながねぎ	13.00			<b>【牛乳】</b>			
		えのきたけ	13.00			牛乳	206.00		
		豆腐(絹ごし)	20.00						
		しょうゆ	1.40						
		塩	1.00						
		けずり節	4.00						
		だしこんぶ	0.20						
		水	135.00						
		<b>【果物(黄桃缶)】</b>							
		黄桃缶	50.00						
		<b>【牛乳】</b>							
		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)

0: 通常献立

2026年 3月 1日 ~ 2026年 3月31日

センター寺田

3月16日(月)		3月17日(火)		3月18日(水)		3月23日(月)		3月24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
<b>【スパゲティミートソース】</b>		<b>【ブルコギチャーハン】</b>		<b>【赤飯】</b>		<b>【ごはん】</b>		<b>【エビピラフ】</b>	
★スパゲティ	93.00	米	80.00	米	77.00	米	91.00	米	75.00
オリーブ油	3.50	水	0.00	もち米	10.00	水	0.00	押麦	4.00
ベーコン千切り	5.00	牛肩こま肉	30.00	ささげ	5.00			水	0.00
塩	0.20	酒	1.00	水	0.00	<b>【さばのおろしソース】</b>		★むきえび	20.00
		さとう	0.50	黒いりごま	1.50	さば切身70g	70.00	鶏もも皮なしこま肉	10.00
豚もも挽肉	55.00	しょうゆ	1.00	塩	0.40	塩	0.20	たまねぎ	15.00
赤ワイン	2.60	にんにく	0.20			こしょう	0.01	にんじん	15.00
たまねぎ	110.00	油	0.50	<b>【鮭の塩焼き】</b>		鉄板油	0.00	(冷) むき枝豆	5.00
にんじん	30.00	たけのこレトルトパウチ	10.00	甘塩鮭切身70g	70.00	だいこん	20.00	油	1.50
セロリー	1.50	(冷) ホールコーン	10.00	鉄板油	0.00	しょうゆ	1.20	塩	1.00
にんにく	0.50	ながねぎ	20.00			みりん	1.50	こしょう	0.03
油	1.50	にんじん	15.00	<b>【肉じゃが】</b>		さとう	0.30		
ホールトマト	20.00	根しょうが	0.30	じゃがいも	100.00	でんぷん	0.15	<b>【白菜のクリーム煮】</b>	
トマトケチャップ	14.00	油	1.00	豚かたこま肉	10.00			じゃがいも	30.00
トマトピューレ	27.00	しょうゆ	4.00	豚バラこま肉	10.00	<b>【野菜のおかか和え】</b>		ベーコン短冊	10.00
ウスターソース	4.50	さとう	1.00	たまねぎ	55.00	こまつな	15.00	鶏もも皮なしこま肉	20.00
中濃ソース	1.00	塩	0.40	にんじん	20.00	もやし	40.00	にんじん	20.00
塩	0.60	ごま油	0.60	糸こんにゃく	30.00	にんじん	12.00	たまねぎ	50.00
こしょう	0.03			(冷) さやえんどう	3.00	しょうゆ	2.50	はくさい	45.00
		<b>【いかのネギ塩焼き】</b>		油	1.00	みりん	2.00	油	1.10
<b>【にんじんサラダ】</b>		いか切身70g	70.00	さとう	2.50	さとう	0.50	★薄力粉	7.50
にんじん	30.00	根しょうが	0.45	しょうゆ	6.00	かつおぶし粉	0.30	油	4.00
キャベツ	15.00	にんにく	0.70	塩	0.10			★バター	3.00
ブロッコリー	10.00	ながねぎ	4.50	水	25.00	<b>【田舎汁】</b>		★調理用牛乳	40.00
ロースハム千切り	10.00	酒	1.20			鶏ももこま肉	10.00	水	45.00
油	1.00	みりん	1.20	<b>【小松菜と白菜の和え物】</b>		ごぼう	8.00	塩	1.20
★マヨネーズ	2.80	塩	0.60	こまつな	25.00	だいこん	20.00	こしょう	0.03
白つきごま	0.50	こしょう	0.01	はくさい	20.00	にんじん	10.00		
さとう	1.00	しょうゆ	0.60	にんじん	5.00	じゃがいも	20.00	<b>【オニオンドレッシングサラダ】</b>	
しょうゆ	2.40	ごま油	0.25	しめじ	5.00	こんにゃく短冊	8.00	キャベツ	45.00
塩	0.35	白いりごま	1.20	油揚げ	5.00	生揚げ	15.00	にんじん	10.00
酢	0.90	鉄板油	0.00	塩	0.08	ながねぎ	5.00	きゅうり	15.00
ごま油	0.90			みりん	1.70	油	0.60	(冷) ホールコーン	7.00
		<b>【チンゲン菜のからし和え】</b>		さとう	0.40	赤みそ	12.00	酢	2.00
<b>【手作りいちごソースヨーグルト】</b>		もやし	30.00	しょうゆ	2.00	けずり節	4.00	油	2.00
★調理用ヨーグルト	50.00	チンゲンツァイ	15.00	かつおぶし粉	0.30	水	120.00	しょうゆ	2.60
いちご	30.00	にんじん	5.00					塩	0.20
さとう	9.04	かまぼこ	5.00	<b>【牛乳】</b>		<b>【牛乳】</b>		さとう	1.00
レモン(果汁、生)	0.25	しょうゆ	2.00	牛乳	206.00	牛乳	206.00	たまねぎ	6.00
		みりん	1.60						
<b>【牛乳】</b>		さとう	0.10					<b>【牛乳】</b>	
牛乳	206.00	塩	0.10					牛乳	206.00
		からし(粉)	0.08						
		<b>【ワンタンスープ】</b>							
		★ワンタンの皮	10.00						
		豚ももこま肉	17.16						
		にんじん	15.00						
		ながねぎ	15.00						
		もやし	20.00						
		はくさい	20.00						
		干しいたけ(スライス)	1.00						
		塩	0.70						
		こしょう	0.03						
		しょうゆ	3.00						
		ごま油	0.20						
		けずり節	4.00						
		水	135.00						
		<b>【牛乳】</b>							
		牛乳	206.00						