

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月 1日(火)

普通食献立

	チ エ ツ ク	
	料理名	材料名
昼主	ご飯60/70/80/90	
		白飯60/70/80/90
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	カレー肉じゃが	
		米ぬか油
		豚かたこま切れ
		人参
		玉ねぎ
		つきこんにゃく黒
		かつお薄削り(袋入)
		水
		じゃがいも
		さつま揚げ(ボール)
		上白糖
		しょうゆ
		本みりん
		食塩
		酒
		カレー粉
		冷凍いんげん
		大根の甘酢和え
		大根
		人参
		きゅうり
		上白糖
		しょうゆ
		穀物酢
		食塩

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月 2日(水)
普通食献立

	料理名	材料名
昼主	ミルクパン(食パン)40/50/60/65	ミルクパン(食パン)40/50/60/65
		ミルクパン(食パン)40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳
		飲用牛乳
昼副	さけのマリナード焼き50/70	さけ切身50/70
		食塩
		混合こしょう
		米ぬか油
		皮むきにんにく
		玉ねぎ
		穀物酢
		しょうゆ
		米ぬか油
		スコッチブロス(麦と野菜のスープ)
		米ぬか油
		バラバーコン短冊
		豚かたこま切れ
		人参
		玉ねぎ
		冷凍鶏ガラパック
		水
	キャベツ	
	食塩	
	しょうゆ	
	混合こしょう	
	押麦	
	パセリ(乾燥)	
	ミックスベジタブルソテー	
	米ぬか油	
	ウインナー薄	
	玉ねぎ	
	人参	
	ホールコーン缶詰	
	冷凍グリーンピース	
	食塩	
	混合こしょう	

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月 3日(木)

普通食献立

	料理名	材料名		
昼主	ゆかりご飯65/75/85/95	チエック		
		ゆかりご飯65/75/85/95		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
		飲用牛乳		
昼副	さわらのゆず風味だれ50/70	さわら切身50/70		
		米ぬか油		
		しょうゆ		
		上白糖		
		酒		
		本みりん		
		食塩		
		ゆず果汁		
		水		
		でん粉		
		ひな祭り汁	ひな祭り汁	かつお薄削り(袋入)
				水
				人参
				たけのこ水煮
えのきたけバラ				
カットわかめ				
ちらしかまぼこ(梅)				
食塩				
しょうゆ				
酒				
本みりん				
長ねぎ				
切干大根の煮物	切干大根の煮物	米ぬか油		
		人参		
		切干大根		
		油揚げ		
		つきこんにゃく黒		
		かつお薄削り(袋入)		
		水		
		上白糖		
		本みりん		
		酒		
		しょうゆ		
		食塩		
		冷凍いんげん		

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月 4日(金)

普通食献立

	チ エ ツ ク		
	料理名	材料名	
昼主	ご飯60/70/80/90		
		白飯60/70/80/90	
昼飲	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	生揚げのうま煮		
		米ぬか油	
		皮むき生姜ホール	
		豚かたこま切れ	
		人参	
		玉ねぎ	
		大根	
		かつお薄削り(袋入)	
		水	
		しょうゆ	
		食塩	
		上白糖	
		酒	
		赤みそ	
		生揚げ	
		でん粉	
		冷凍いんげん	
		小松菜ときのご炒め	
			米ぬか油
			皮むきにんにく
		玉ねぎ	
		人参	
		ぶなしめじバラ	
		エリンギ短冊	
		小松菜	
		食塩	
		しょうゆ	
		本みりん	

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月 7日(月)

普通食献立

	料理名	材料名		
昼主	麦ご飯65/75/85/95	チエック		
		麦ご飯65/75/85/95		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
		飲用牛乳		
昼副	じゃがいものキーマカレー	米ぬか油		
		皮むきにんにく		
		皮むき生姜ホール		
		豚ひき肉		
		玉ねぎ		
		人参		
		じゃがいも		
		冷凍鶏ガラパック		
		水		
		ダイスカットトマト缶詰		
		トマトケチャップ		
		ウスターソース		
		上白糖		
		しょうゆ		
		カレー粉		
		ガラムマサラ		
		コリアンダー		
		食塩		
		混合こしょう		
		フレンチサラダ		ホールコーン缶詰
				カット赤パプリカ千切り
キャベツ				
きゅうり				
米ぬか油				
穀物酢				
上白糖				
マスタードパウダー				
食塩				
混合こしょう				
玉ねぎ				

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月 8日(火)

普通食献立

	チ エ ツ ク	
	料理名	材料名
昼主	ご飯60/70/80/90	
		白飯60/70/80/90
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	さばの塩焼き50/70	
		さば切身50/70
		食塩
		米ぬか油
		のっぺい汁
		かつお薄削り(袋入)
		水
		人参
		大根
		角こんにゃく黒
		生揚げ
		干しいたけスライス
		食塩
		しょうゆ
	本みりん	
	長ねぎ	
	でん粉	
	根菜のごまみそ炒め	
	米ぬか油	
	カットごぼうささがき	
	人参	
	カットれんこんいちょう切り	
	冷凍いんげん	
	かつお薄削り(袋入)	
	水	
	白みそ	
	上白糖	
	白いりごま	
	白すりごま	
	ごま油	

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月 9日(水)

普通食献立

	チ エ ツ ク			
	料理名	材料名		
昼主	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
昼副	豚肉と玉ねぎの卵とじ	米ぬか油		
		豚かたこま切れ		
		人参		
		玉ねぎ		
		すき焼きふ		
		角こんにやく黒		
		かつお薄削り(袋入)		
		水		
		上白糖		
		しょうゆ		
		食塩		
		酒		
		冷凍殺菌液卵		
		冷凍いんげん		
		大根のじゃこ和え		ごま油
				ちりめんじゃこ
				大根
				人参
				きゅうり
				酒
				本みりん
				しょうゆ
				食塩
上白糖				

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月10日(木)

普通食献立

	チ エ ツ ク	
	料理名	材料名
昼主	ご飯60/70/80/90	
		白飯60/70/80/90
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	せんざんき40/60	
		若鶏もも皮なし切身40/60
		しょうゆ
		本みりん
		酒
		上白糖
		皮むきにんにく
		皮むき生姜ホール
		でん粉
		米ぬか油(揚げ油)
		わかめのみそ汁
		かつお薄削り(袋入)
		水
		玉ねぎ
		人参
		木綿豆腐
		カットわかめ
	白みそ	
	赤みそ	
	白菜のおひたし	
	人参	
	白菜	
	緑豆もやし	
	上白糖	
	食塩	
	しょうゆ	
	冷凍レモン果汁	

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月11日(金)
普通食献立

	チ エ ッ ク	材料名
昼主	料理名	コッペパン(背スライス)40/50/60/65
		コッペパン(背スライス)40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	鶏肉のトマト煮	
		オリーブ油
		皮むきんにく
		若鶏もも皮つき角切り
		カットセロリ小口切り
		玉ねぎ
		人参
		冷凍鶏ガラパック
		水
		カットピーマン千切り
		カット黄パプリカ千切り
		ダイスカットトマト缶詰
		トマトピューレー
		トマトケチャップ
		中濃ソース
		赤ワイン
		上白糖
		食塩
		混合こしょう
		米粉
	ツナサンドの具	
		玉ねぎ
		ツナ油漬フレークライト
		キャベツ
		ホールコーン缶詰
		食塩
		混合こしょう
清見オレンジ(柑橘)		清見オレンジ
ボトルノンエッグマヨネーズ		ボトルノンエッグマヨネーズ

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月14日(月)

普通食献立

	チ エ ツ ク		
	料理名	材料名	
昼主	ご飯60/70/80/90		
		白飯60/70/80/90	
昼飲	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	焼き豆腐のみそそぼろ煮		
		米ぬか油	
		皮むき生姜ホール	
		皮むきにんにく	
		豚ひき肉	
		人参	
		玉ねぎ	
		たけのこ水煮	
		かつお薄削り(袋入)	
		水	
		しょうゆ	
		上白糖	
		赤みそ	
		酒	
		焼き豆腐	
		長ねぎ	
		冷凍いんげん	
		でん粉	
	春雨サラダ		ポークハム短冊
			人参
		緑豆もやし	
		きゅうり	
		緑豆春雨	
		米ぬか油	
		穀物酢	
		食塩	
		混合こしょう	
		上白糖	
		玉ねぎ	

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月15日(火)

普通食献立

	チ エ ッ ク	
	料理名	材料名
昼主	赤飯65/75/85/95	
		赤飯65/75/85/95
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	花型豆腐ハンバーグ40/60	
		豆腐ハンバーグ40/60
		米ぬか油
		上白糖
		しょうゆ
		酒
		本みりん
		水
		でん粉
		豚汁
		米ぬか油
		豚かたこま切れ
		人参
		角こんにやく黒
		カットごぼうささがき
	かつお薄削り(袋入)	
	水	
	大根	
	カットさといもいちよう切り	
	白みそ	
	赤みそ	
	長ねぎ	
	ほうれん草のからし和え	
	緑豆もやし	
	人参	
	ほうれん草	
	マスタードパウダー	
	しょうゆ	
	上白糖	
	本みりん	
	食塩	
	稲城市産レモンアイス	
	稲城市産レモンアイス	

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月16日(水)
普通食献立

	チ エ ツ ク		
	料理名	材料名	
昼主	ご飯60/70/80/90		
		白飯60/70/80/90	
昼飲	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	肉団子の甘酢煮込み		
		凍り豆腐(さいの目)	
		でん粉	
		米ぬか油(揚げ油)	
		米ぬか油	
		皮むき生姜ホール	
		皮むきにんにく	
		人参	
		玉ねぎ	
		たけのこ水煮	
		冷凍鶏ガラパック	
		水	
		肉団子	
		カットピーマン千切り	
		トマトケチャップ	
		上白糖	
		しょうゆ	
		オイスターソース	
		穀物酢	
		でん粉	
		もやしのオイスター炒め	
			米ぬか油
			バラベーコン短冊
			皮むきにんにく
			皮むき生姜ホール
			人参
			緑豆もやし
		エリンギ短冊	
		小松菜	
		食塩	
		混合こしょう	
		オイスターソース	

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月17日(木)

普通食献立

	チ エ ツ ク	
	料理名	材料名
昼主	ご飯60/70/80/90	
		白飯60/70/80/90
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	あじの梅おろしだれ50/70	
		あじ切身50/70
		米ぬか油
		しょうゆ
		本みりん
		水
		大根
		梅肉
		でん粉
		かきたま汁
		かつお薄削り(袋入)
		水
		玉ねぎ
		人参
		木綿豆腐
	酒	
	食塩	
	しょうゆ	
	冷凍殺菌液卵	
	小松菜	
	じゃがいものきんぴら	
	米ぬか油	
	豚かた千切り	
	じゃがいも	
	人参	
	冷凍いんげん	
	上白糖	
	しょうゆ	
	本みりん	
	七味唐辛子	
	白いりごま	
	ごま油	

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月18日(金)

普通食献立

	料理名	材料名
昼主	黒砂糖パン(食パン)40/50/60/65	黒砂糖パン(食パン)40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳
昼副	マカロニのクリームシチュー	米ぬか油 バラベーコン短冊 若鶏もも皮つき角切り 玉ねぎ 人参 冷凍鶏ガラパック 水 マッシュルーム水煮スライス マカロニ 食塩 混合こしょう 調理用牛乳 米ぬか油 バター 小麦粉 生クリーム 冷凍グリーンピース
	大豆とツナのサラダ	ホールコーン缶詰 キャベツ 冷凍ゆで大豆 ツナ油漬フレークライト 米ぬか油 穀物酢 食塩 混合こしょう 上白糖 玉ねぎ

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月22日(火)

普通食献立

	料理名	材料名		
昼主	ご飯60/70/80/90	チエック		
		白飯60/70/80/90		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
		飲用牛乳		
昼副	ホキフライ40/60	ホキ切身40/60		
		でん粉		
		豆乳		
		水		
		米パン粉		
		米ぬか油(揚げ油)		
		中濃ソース		
		水		
		けんちん汁	けんちん汁	かつお薄削り(袋入)
				水
				人参
				カットごぼうささがき
				角こんにやく黒
				大根
				カットさといもいちょう切り
木綿豆腐				
食塩				
しょうゆ				
長ねぎ				
キャベツのごま酢和え	キャベツのごま酢和え	人参		
		キャベツ		
		えのきたけバラ		
		油揚げ		
		しょうゆ		
		上白糖		
		食塩		
		本みりん		
		穀物酢		
		白いりごま		

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月23日(水)

普通食献立

	料理名	材料名		
昼主	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
昼副	鶏肉のきのこソース50/70	若鶏もも皮つき切身50/70		
		米ぬか油		
		米ぬか油		
		玉ねぎ		
		マッシュルーム水煮スライス		
		えのきたけバラ		
		水		
		白ワイン		
		食塩		
		上白糖		
		しょうゆ		
		ウスターソース		
		でん粉		
		ミネストローネ		米ぬか油
				皮むきにんにく
				カットセロリ小口切り
				バラベーコン短冊
				人参
				玉ねぎ
				マッシュルーム水煮スライス
冷凍鶏ガラパック				
水				
ダイスカットトマト缶詰				
シエルマカロニ				
トマトピューレー				
トマトケチャップ				
上白糖				
混合こしょう				
食塩				
パセリ(乾燥)				
小松菜とウインナーのソテー		米ぬか油		
		ウインナー薄		
		玉ねぎ		
		カット赤パプリカ千切り		
		ホールコーン缶詰		
		小松菜		
		食塩		
		混合こしょう		

普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 3月24日(木)

普通食献立

	チエック	
	料理名	材料名
昼主	菜飯65/75/85/95	
		菜飯65/75/85/95
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	焼き餃子(2コ/3コ)	
		餃子
		米ぬか油
	ピリ辛スープ	
		米ぬか油
		皮むきにんにく
		豚かた千切り
		玉ねぎ
		人参
		冷凍鶏ガラパック
		水
		木綿豆腐
		酒
		しょうゆ
		白みそ
		コチュジャン
		トウバンジャン
		食塩
		にら
	くきわかめサラダ	
		緑豆もやし
		人参
		くきわかめ
		きゅうり
		穀物酢
		米ぬか油
		食塩
		混合こしょう
		上白糖
		しょうゆ
		玉ねぎ