

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月 1日(木)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	料理名	材料名	
昼主		★ご飯60/70/80/90		
			★白飯60/70/80/90	
昼飲		★飲用豆乳(代替食)		
			★飲用調製豆乳	
昼副		★さけのちゃんちゃん焼きだれ50/70		
			★さけ切身50/70	
			★米ぬか油	
			★米ぬか油	
			★玉ねぎ	
			★キャベツ	
			★白みそ	
			★上白糖	
			★しょうゆ	
			★本みりん	
			★酒	
			★水	
			★でん粉	
			★水	
			★五目すまし汁	
				★米ぬか油
				★若鶏もも皮つきこま切れ
				★人参
				★かつお薄削り(袋入)
				★水
				★カットかぶくし切り
				★カットさといもいちょう切り
				★しょうゆ
			★食塩	
			★酒	
			★長ねぎ	
		★ひじきの五目煮		
			★米ぬか油	
			★人参	
			★芽ひじき	
			★冷凍ゆで大豆	
			★つきこんにやく黒	
			★油揚げ	
			★かつお薄削り(袋入)	
			★水	
			★上白糖	
			★本みりん	
			★しょうゆ	
			★食塩	
			★冷凍いんげん	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月 2日(金)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ツ ク		
	料理名	材料名	
昼主	★米粉パン(2コ/3コ)(代替食)		
		★米粉パン	
昼飲	★飲用豆乳(代替食)		
		★飲用調製豆乳	
昼副	★ポトフ		
		★米ぬか油	
		★カットセロリ小口切り	
		★豚かた角切り	
		★白ワイン	
		★人参	
		★玉ねぎ	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★フランクフルト	
		★じゃがいも	
		★キャベツ	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★バセリ(乾燥)	
		★いんげんソテー	
			★米ぬか油
			★バラベーコン短冊
			★玉ねぎ
		★人参	
		★冷凍いんげん	
		★冷凍ホールコーン	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★しょうゆ	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月 5日(月)
食物アレルギー対応食献立

	料理名	材料名	
昼主	★ご飯60/70/80/90		
		★白飯60/70/80/90	
昼飲	★飲用豆乳(代替食)		
		★飲用調製豆乳	
昼副	★ハンバーグトマトソース60/80		
		★ハンバーグ60/80	
		★米ぬか油	
		★米ぬか油	
		★にんにく	
		★玉ねぎ	
		★トマトケチャップ	
		★ダイスカットトマト缶詰	
		★上白糖	
		★しょうゆ	
		★赤ワイン	
		★食塩	
		★水	
		★でん粉	
		★水	
		★マカロニスープ(除去食)	
		★米ぬか油	
		★若鶏もも皮つきこま切れ	
		★人参	
		★玉ねぎ	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★マッシュルーム水煮スライス	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★パセリ(乾燥)	
	★枝豆とパプリカのサラダ		
	★緑豆もやし		
	★カット黄パプリカ千切り		
	★カット赤パプリカ千切り		
	★冷凍むき枝豆		
	★米ぬか油		
	★穀物酢		
	★食塩		
	★混合こしょう		
	★上白糖		
	★玉ねぎ		

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月 6日(火)
食物アレルギー対応食献立

	料理名	チエック 材料名
昼主	★ご飯60/70/80/90	
		★白飯60/70/80/90
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	
		★飲用調製豆乳
昼副	★みそ肉じゃが	
		★米ぬか油
		★豚かたこま切れ
		★人参
		★玉ねぎ
		★つきこんにやく黒
		★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
		★本みりん
		★赤みそ
		★しょうゆ
		★食塩
		★酒
		★冷凍いんげん
		★海藻とじゃこのサラダ
		★ごま油
		★ちりめんじゃこ
		★人参
		★キャベツ
		★海藻ミックス
		★カットわかめ
		★米ぬか油
		★穀物酢
		★食塩
	★上白糖	
	★しょうゆ	
	★玉ねぎ	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月 7日(水)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	料理名	材料名	
昼主		★ご飯60/70/80/90		
			★白飯60/70/80/90	
昼飲		★飲用豆乳(代替食)		
			★飲用調製豆乳	
昼副		★ホキの甘酢だれ40/60		
			★ホキ切身40/60	
			★でん粉	
			★米ぬか油	
			★米ぬか油	
			★にんにく	
			★生姜	
			★トウバンジャン	
			★玉ねぎ	
			★上白糖	
			★穀物酢	
			★しょうゆ	
			★水	
			★でん粉	
			★水	
			★さつまいものみそ汁	
				★かつお薄削り(袋入)
				★水
				★カットごぼうささがき
				★人参
			★大根	
			★カットさつまいもちょう切り	
			★白みそ	
			★赤みそ	
			★長ねぎ	
		★ほうれん草のごま和え		
			★ほうれん草	
			★緑豆もやし	
			★人参	
			★白すりごま	
			★白ねりごま	
			★しょうゆ	
			★上白糖	
			★食塩	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月 8日(木)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	料理名	材料名	
昼主		★米粉パン(2コ/3コ)(代替食)		
			★米粉パン	
昼飲		★飲用豆乳(代替食)		
			★飲用調製豆乳	
昼副		★冬野菜のクリームシチュー(除去食)		
			★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	
			★鶏ガラスープ(顆粒)	
			★水	
			★じゃがいも	
			★マッシュルーム水煮スライス	
			★食塩	
			★混合こしょう	
			★カットブロッコリー	
			★カラフルサラダ	
				★きゅうり
				★カット赤パプリカ千切り
				★冷凍ホールコーン
				★キャベツ
				★米ぬか油
				★穀物酢
			★上白糖	
			★食塩	
			★混合こしょう	
			★玉ねぎ	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月 9日(金)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	料理名	材料名
昼主		★ゆかり ご飯65/75/85/95	
			★ゆかり ご飯65/75/85/95
昼飲		★飲用豆乳(代替食)	
			★飲用調製豆乳
昼副		★あかうおの照り焼きだれ50/70	
			★あかうお切身50/70
			★米ぬか油
			★上白糖
			★しょうゆ
			★酒
			★本みりん
			★水
			★でん粉
			★水
			★にらたま汁(除去食)
			★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	
		★にら	
		★切干大根とベーコン炒め	
		★米ぬか油	
		★にんにく	
		★バラベーコン短冊	
		★切干大根	
		★人参	
		★玉ねぎ	
		★酒	
		★食塩	
		★黒こしょう	
		★しょうゆ	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月12日(月)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	
	料理名	材料名
昼主	★ご飯60/70/80/90	
		★白飯60/70/80/90
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	
		★飲用調製豆乳
昼副	★麻婆豆腐(除去食)	
		★米ぬか油
		★にんにく
		★生姜
		★豚ひき肉
		★玉ねぎ
		★人参
		★干しいたけスライス
		★たけのこ水煮
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★上白糖
		★食塩
		★しょうゆ
		★酒
		★オイスターソース
		★トウバンジャン
		★赤みそ
		★押し豆腐
		★長ねぎ
		★でん粉
		★水
		★春雨とささみのサラダ
		★きくらげ
		★鶏ささみフレーク
		★緑豆もやし
		★小松菜
	★人参	
	★緑豆春雨	
	★米ぬか油	
	★穀物酢	
	★しょうゆ	
	★上白糖	
	★食塩	
	★マスタードパウダー	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月13日(火)
食物アレルギー対応食献立

	料理名	材料名
昼主	★米粉パン(2コ/3コ)(代替食)	チエツク
		★米粉パン
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳
昼副	★チキンカツ40/60	★若鶏もも皮なし切身40/60
		★でん粉
		★豆乳
		★水
		★米パン粉
		★米ぬか油
		★中濃ソース
		★水
		★野菜スープ
		★米ぬか油
		★バラベーコン短冊
		★人参
		★玉ねぎ
		★鶏ガラスープ(顆粒)
★水		
★冷凍ホールコーン		
★キャベツ		
★食塩		
★混合こしょう		
★しょうゆ		
★じゃがいもとソーセージ炒め		★米ぬか油
		★バラベーコン短冊
		★ウインナー厚
		★玉ねぎ
		★じゃがいも
		★食塩
		★混合こしょう
		★パセリ(乾燥)

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月14日(水)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	料理名	材料名
昼主		★ご飯60/70/80/90	
			★白飯60/70/80/90
昼飲		★飲用豆乳(代替食)	
			★飲用調製豆乳
昼副		★さばのポン酢だれ50/70	
			★さば切身50/70
			★米ぬか油
			★本みりん
			★しょうゆ
			★穀物酢
			★レモン果汁
			★大根
			★水
			★でん粉
			★水
			★白菜のみそ汁
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★人参
			★白菜
			★油揚げ
			★白みそ
			★赤みそ
		★長ねぎ	
		★こんにゃくサラダ	
		★緑豆もやし	
		★人参	
		★サラダこんにゃく	
		★カット黄パプリカ千切り	
		★小松菜	
		★米ぬか油	
		★穀物酢	
		★上白糖	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★玉ねぎ	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月15日(木)
食物アレルギー対応食献立

	料理名	材料名	
昼主	★わかめご飯65/75/85/95	チエツク	
		★わかめご飯65/75/85/95	
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳	
昼副	★おでん	★かつお薄削り(袋入)	
		★水	
		★大根	
		★じゃがいも	
		★結び昆布	
		★三角こんにやく黒	
		★ミニ焼き竹輪	
		★さつま揚げ(ボール)	
		★あられはんぺん白	
		★酒	
		★上白糖	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★本みりん	
		★ごぼうの甘辛炒め	★米ぬか油
			★豚かた千切り
			★カットごぼう千切り
			★人参
			★冷凍ゆで大豆
			★しょうゆ
★上白糖			
★本みりん			
★ごま油			
★白いりごま			

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月16日(金)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	
	料理名	材料名
昼主	★ご飯60/70/80/90	
		★白飯60/70/80/90
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	
		★飲用調製豆乳
昼副	★鶏肉のすき焼き風(除去食)	
		★米ぬか油
		★若鶏もも皮つき角切り
		★人参
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★長ねぎ
		★白菜
		★つきこんにゃく黒
		★焼き豆腐
		★酒
		★上白糖
		★しょうゆ
		★食塩
		★チンゲン菜の甘酢和え
		★緑豆もやし
		★人参
		★チンゲン菜
		★上白糖
		★しょうゆ
		★穀物酢
		★食塩
		★白いりごま
	★おかかふりかけ	
		★おかかふりかけ

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月19日(月)
食物アレルギー対応食献立

	料理名	チエック 材料名
昼主	★麦ご飯65/75/85/95	
		★麦ご飯65/75/85/95
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	
		★飲用調製豆乳
昼副	★ポークカレー(除去食)	
		★米ぬか油
		★にんにく
		★生姜
		★豚かた角切り
		★玉ねぎ
		★人参
		★じゃがいも
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★チリパウダー
		★ガラムマサラ
		★コリアンダー
		★カレー粉
		★中濃ソース
		★ウスターソース
		★トマトケチャップ
		★トマトピューレー
		★上白糖
		★食塩
		★混合こしょう
		★しょうゆ
		★大根サラダ
		★大根
		★人参
		★きゅうり
		★米ぬか油
	★穀物酢	
	★上白糖	
	★しょうゆ	
	★食塩	
	★混合こしょう	
	★玉ねぎ	
	★みかん(柑橘)	
	★みかん	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月20日(火)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	材 料 名
昼主	料理名	★ご飯60/70/80/90
		★白飯60/70/80/90
昼飲	料理名	★飲用豆乳(代替食)
		★飲用調製豆乳
昼副	料理名	★あじの竜田揚げ40/60
		★あじ切身40/60
		★酒
		★しょうゆ
		★生姜
		★でん粉
		★米ぬか油
		★具だくさんすまし汁
		★米ぬか油
		★若鶏もも皮つきこま切れ
		★人参
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★大根
		★角こんにゃく黒
		★ぶなしめじバラ
		★しょうゆ
		★食塩
		★酒
		★長ねぎ
★小松菜と油揚げの煮びたし		★キャベツ
		★人参
		★ぶなしめじバラ
		★油揚げ
		★小松菜
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★しょうゆ
		★上白糖
		★本みりん
		★酒
		★食塩

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月21日(水)
食物アレルギー対応食献立

	料理名	材料名
昼主	★米粉パン(2コ/3コ)(代替食)	★米粉パン
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳
昼副	★鶏肉の香草焼き50/70	★若鶏もも皮つき切身50/70
		★白ワイン
		★レモン果汁
		★にんにく
		★オリーブ油
		★パセリ(乾燥)
		★バジル(乾燥)
		★食塩
		★米ぬか油
★かぶとウインナーのスープ		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★ウインナー薄
		★人参
		★玉ねぎ
		★カットかぶくし切り
		★しょうゆ
		★食塩
		★混合こしょう
★かにかまサラダ(除去食)		★キャベツ
		★冷凍ホールコーン
		★きゅうり
		★米ぬか油
		★穀物酢
		★上白糖
		★食塩
		★混合こしょう
		★マスタードパウダー
		★玉ねぎ
★クリスマスデザート		★米粉ケーキ

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月22日(木)
食物アレルギー対応食献立

	料理名	材料名
昼主	★ご飯60/70/80/90	
		★白飯60/70/80/90
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	
		★飲用調製豆乳
昼副	★さわらのゆずしょうゆだれ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
		★ゆず果汁
		★水
		★でん粉
		★水
		★大根のみそ汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★大根
		★カットわかめ
		★白みそ
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
	★かぼちゃのそぼろ煮	
	★米ぬか油	
	★生姜	
	★鶏ひき肉	
	★玉ねぎ	
	★カットかぼちゃ角切り	
	★かつお薄削り(袋入)	
	★水	
	★酒	
	★上白糖	
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★本みりん	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年12月23日(金)
食物アレルギー対応食献立

	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	★飲用豆乳(代替食)		
		★飲用調製豆乳	
昼副	★生揚げのうま煮		
		★米ぬか油	
		★生姜	
		★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	
		★水	
		★冷凍いんげん	
		★キャベツとえのきのおひたし	
			★キャベツ
		★人参	
		★えのきたけバラ	
		★食塩	
		★しょうゆ	
		★酒	
		★上白糖	