

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月 1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		★麻婆なす(除去食)		
			★米ぬか油	
			★皮むきんにく	
			★皮むき生姜ホール	
			★豚ひき肉	
			★玉ねぎ	
			★人参	
			★たけのこ水煮	
			★鶏ガラスープ(顆粒)	
			★水	
			★上白糖	
			★赤みそ	
			★トウバンジャン	
			★酒	
			★オイスターソース	
			★食塩	
			★しょうゆ	
			★押し豆腐	
			★長ねぎ	
			★なす	
			★でん粉	
			★ごま油	
			★海藻サラダ	
				★玉ねぎ
				★人参
				★海藻ミックス
				★緑豆もやし
			★ホールコーン缶詰	
			★食塩	
			★混合こしょう	
			★しょうゆ	
			★米ぬか油	
			★穀物酢	
			★上白糖	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月 4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	★ハンバーグ照り焼きソース60/80(代替食)	
		★ハンバーグ60/80
		★米ぬか油
		★上白糖
		★しょうゆ
		★酒
		★本みりん
		★水
		★でん粉
		★吉野汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★若鶏もも皮つきこま切れ
		★人参
		★大根
		★干しいたけスライス
		★木綿豆腐
		★食塩
		★しょうゆ
		★本みりん
	★長ねぎ	
	★でん粉	
	★小松菜とえのきのおひたし	
	★人参	
	★えのきたけバラ	
	★緑豆もやし	
	★小松菜	
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★上白糖	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月 5日(火)
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	★鶏肉の甘酢だれ50/70		
		★若鶏もも皮つき切身50/70	
		★米ぬか油	
		★しょうゆ	
		★オイスターソース	
		★トマトケチャップ	
		★中濃ソース	
		★穀物酢	
		★レモン果汁	
		★上白糖	
		★水	
		★でん粉	
		★いわしのつみれ汁	
		★かつお薄削り(袋入)	
	★水		
	★人参		
	★大根		
	★角こんにゃく黒		
	★いわしつみれ		
	★白みそ		
	★赤みそ		
	★本みりん		
	★長ねぎ		
	★キャベツときのご炒め		
	★米ぬか油		
	★キャベツ		
	★人参		
	★ぶなしめじバラ		
	★エリンギ短冊		
	★ホールコーン缶詰		
	★食塩		
	★混合こしょう		

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月 6日(水)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	材料名
昼主	料理名	★米粉パン(2コ/3コ)(代替食)
		★米粉パン
昼飲	料理名	★飲用豆乳(代替食)
		★飲用調製豆乳
昼副	料理名	★ポトフ
		★米ぬか油
		★カットセロリ小口切り
		★豚かた角切り
		★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)
		★チリコンカン
		★米ぬか油
		★皮むきにんにく
		★玉ねぎ
		★豚ひき肉
	★人参	
	★カットセロリ小口切り	
	★冷凍ゆで大豆	
	★冷凍金時豆	
	★食塩	
	★混合こしょう	
	★チリパウダー	
	★トマトケチャップ	
	★トマトピューレー	
	★ウスターソース	
	★中濃ソース	
	★米粉	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月 7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	★さけの和風だれ50/70	
		★さけ切身50/70
		★米ぬか油
		★米ぬか油
		★玉ねぎ
		★しょうゆ
		★上白糖
		★酒
		★水
		★でん粉
		★なめこのみそ汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★玉ねぎ
		★大根
		★なめこバラ
		★白みそ
		★赤みそ
		★長ねぎ
	★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 3年10月 8日(金)
食物アレルギー対応食献立

	料理名	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	★緑黄色野菜のポークカレー(除去食)	★米ぬか油 ★皮むきんにんにく ★皮むき生姜ホール ★豚かた角切り ★玉ねぎ ★人参 ★鶏ガラスープ(顆粒) ★水 ★カットかぼちゃ角切り ★チリパウダー ★ガラムマサラ ★コリアンダー ★カレー粉 ★赤ワイン ★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 ★カットブロッコリー
	★コールスローサラダ	★キャベツ ★ホールコーン缶詰 ★カット赤パプリカ千切り ★きゅうり ★米ぬか油 ★穀物酢 ★食塩 ★混合こしょう ★上白糖 ★玉ねぎ ★マスタードパウダー
	★ブルーベリーゼリー	★ブルーベリーゼリー

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月11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	★さばの香味だれ50/70		
		★さば切身50/70	
		★米ぬか油	
		★米ぬか油	
		★皮むき生姜ホール	
		★皮むきにんにく	
		★長ねぎ	
		★酒	
		★上白糖	
		★本みりん	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★水	
		★でん粉	
		★けんちん汁	
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★人参
			★カットごぼうさがき
			★角こんにゃく黒
			★大根
			★カットさといもいちよう切り
			★木綿豆腐
		★食塩	
		★しょうゆ	
		★長ねぎ	
	★白菜の煮びたし		
		★人参	
		★白菜	
		★緑豆もやし	
		★かつお薄削り(袋入)	
		★水	
		★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 3年10月12日(火)
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	★生揚げとキャベツのキムチ炒め		
		★米ぬか油	
		★皮むき生姜ホール	
		★皮むきにんにく	
		★豚かたこま切れ	
		★玉ねぎ	
		★人参	
		★キムチ	
		★キャベツ	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★上白糖	
		★酒	
		★赤みそ	
		★コチュジャン	
		★生揚げ	
		★にら	
		★長ねぎ	
		★でん粉	
		★いんげんのナムル	
			★緑豆もやし
		★人参	
		★冷凍いんげん	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★白いりごま	
		★ごま油	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月13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	★ホキのサルサソース40/60	
		★ホキ切身40/60
		★でん粉
		★米ぬか油
		★米ぬか油
		★皮むきにんにく
		★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
		★チリパウダー
		★水
		★でん粉
		★麦と野菜のスープ
		★米ぬか油
		★バラベーコン短冊
		★豚かたこま切れ
	★人参	
	★玉ねぎ	
	★鶏ガラスープ(顆粒)	
	★水	
	★キャベツ	
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★混合こしょう	
	★押麦	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月14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	★鶏肉の照り焼きだれ50/70	
		★若鶏もも皮つき切身50/70
		★米ぬか油
		★上白糖
		★しょうゆ
		★酒
		★本みりん
		★水
		★でん粉
		★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	
★きんぴらごぼう		★米ぬか油
		★カットごぼう千切り
		★カットれんこんいちょう切り
		★人参
		★つきこんにゃく黒
		★上白糖
		★しょうゆ
		★本みりん
		★七味唐辛子
		★冷凍いんげん
		★白いりごま
		★ごま油

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月15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	★わかめご飯65/75/85/95	
		★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	★肉団子(4コ/6コ)(代替食)	
		★肉団子
		★米ぬか油
	★中華風野菜スープ	
		★米ぬか油
		★若鶏もも皮なしこま切れ
		★人参
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★たけのこ水煮
		★きくらげ
		★木綿豆腐
		★食塩
		★混合こしょう
		★しょうゆ
		★オイスターソース
		★酒
		★にら
		★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

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月18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	★あかうおの西京みそだれ50/70	
		★あかうお切身50/70
		★米ぬか油
		★西京みそ
		★皮むき生姜ホール
		★上白糖
		★本みりん
		★しょうゆ
		★水
		★でん粉
★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よう切り
		★しょうゆ
		★食塩
		★酒
★ひじきの五目煮		★米ぬか油
		★人参
		★芽ひじき
		★冷凍ゆで大豆
		★つきこんにゃく黒
		★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 3年10月19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)	★米粉パン
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳
昼副	★チキンカツトマトソース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
		★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
		★ジュリエンスープ
★バラベーコン短冊		
★玉ねぎ		
★人参		
★鶏ガラスープ(顆粒)		
★水		
★キャベツ		
★しょうゆ		
★食塩		
★混合こしょう		
★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

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月20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	★ハンバーグおろしだれ60/80	
		★ハンバーグ60/80
		★米ぬか油
		★しょうゆ
		★本みりん
		★上白糖
		★水
		★大根
		★でん粉
		★呉汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★カットごぼうさがき
		★人参
		★大根
	★カットさといもいちょう切り	
	★大豆水煮(刻み)	
	★白みそ	
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
	★ほうれん草の梅肉和え	
	★ほうれん草	
	★緑豆もやし	
	★人参	
	★上白糖	
	★梅肉	
	★穀物酢	
	★しょうゆ	
	★かつお薄削り	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月21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	★家常豆腐(除去食)		
		★米ぬか油	
		★皮むきんにんく	
		★皮むき生姜ホール	
		★豚かたこま切れ	
		★人参	
		★キャベツ	
		★たけのこ水煮	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★上白糖	
		★しょうゆ	
		★酒	
		★トウバンジャン	
		★赤みそ	
		★生揚げ	
		★長ねぎ	
		★でん粉	
		★にらともやし炒め	
			★米ぬか油
		★人参	
		★ぶなしめじバラ	
		★緑豆もやし	
		★にら	
		★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 3年10月22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	★キャロットライス65/75/85/95	★キャロットライス65/75/85/95
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳
昼副	★シーフードクリームソース(除去食)	★米ぬか油 ★若鶏もも皮つきこま切れ ★玉ねぎ ★人参 ★鶏ガラスープ(顆粒) ★水 ★いか短冊 ★白ワイン ★食塩 ★混合こしょう ★パセリ(乾燥)
	★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
	★りんご	★りんご

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月25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		★あじフライ40/60(ボトル中濃ソース)	
			★あじ切身40/60
			★でん粉
			★豆乳
			★水
			★米パン粉
			★米ぬか油
			★ボトル中濃ソース
			★秋のすまし汁
			★米ぬか油
			★若鶏もも皮つきこま切れ
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★大根
			★えのきたけバラ
		★ちらしかまぼこ(いちょう)	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★酒	
		★長ねぎ	
		★もやしのごま風味	
		★人参	
		★緑豆もやし	
		★小松菜	
		★白すりごま	
		★白ねりごま	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★上白糖	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月26日(火)
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	★塩肉じゃが	
		★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)
		★塩こうじ
		★上白糖
		★本みりん
		★食塩
		★酒
		★冷凍絹さや
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月27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	★凍り豆腐の卵とじ(除去食)	
		★米ぬか油
		★若鶏もも皮つきこま切れ
		★人参
		★玉ねぎ
		★角こんにゃく黒
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★上白糖
		★しょうゆ
		★食塩
		★酒
		★凍り豆腐(さいの目)
		★冷凍絹さや
		★白菜の塩昆布和え(除去食)
		★人参
		★白菜
		★緑豆もやし
		★食塩
		★しょうゆ
	★白いりごま	
	★ごま油	
	★ふりかけ	
		★ふりかけ

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年10月28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	★豚肉のかりんと揚げ(計量配缶)	
		★豚かた角切り
		★しょうゆ
		★本みりん
		★酒
		★皮むき生姜ホール
		★でん粉
		★米ぬか油
		★きのこスープ
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★玉ねぎ
		★人参
		★干しいたけスライス
		★ぶなしめじバラ
		★えのきたけバラ
		★木綿豆腐
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★小松菜	
	★豆もやしの香味炒め	
	★米ぬか油	
	★皮むきにんにく	
	★皮むき生姜ホール	
	★人参	
	★緑豆もやし	
	★大豆もやし	
	★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 3年10月29日(金)
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	★かぼちゃシチュー(除去食)	
		★米ぬか油
		★若鶏もも皮つき角切り
		★玉ねぎ
		★人参
		★マッシュルーム水煮スライス
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★カットかぼちゃ角切り
		★食塩
		★混合こしょう
		★白ワイン
		★パセリ(乾燥)
		★カラフルソテー
		★米ぬか油
		★玉ねぎ
		★キャベツ
		★ホールコーン缶詰
		★カット赤パプリカ千切り
		★食塩
	★混合こしょう	