

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月 1日(水)  
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ン ク	
	料理名	材料名
昼主	★ゆかりご飯60/70/80/90	
		★ゆかりご飯60/70/80/90
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	
		★飲用調製豆乳
昼副	★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
		★しょうゆ
		★本みりん
		★食塩
		★酒
		★冷凍絹さや
		★ほうれん草のじゃこ和え
		★ごま油
		★ちりめんじゃこ
		★人参
		★緑豆もやし
		★ほうれん草
		★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 9月 2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	★豆と豚肉の煮込み(除去食)	
		★米ぬか油
		★皮むきんにく
		★豚かた角切り
		★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
		★ウインナー厚
		★冷凍白いんげん豆
		★冷凍金時豆
		★トマトピューレー
		★トマトケチャップ
		★赤ワイン
		★中濃ソース
		★食塩
		★混合こしょう
		★冷凍むき枝豆
	★コールスローサラダ	
		★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
★稲城市産高尾ぶどう(2コ/2コ)		★マスタードパウダー
		★稲城市産高尾ぶどう

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月 3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	★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
		★玉ねぎのみそ汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★玉ねぎ
		★えのきたけバラ
	★白みそ	
	★赤みそ	
	★ひきなすり	
	★米ぬか油	
	★鶏ささみフレーク	
	★人参	
	★大根	
	★焼き竹輪	
	★カットピーマン千切り	
	★酒	
	★本みりん	
	★上白糖	
	★しょうゆ	
	★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 9月 6日(月)  
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ン 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		★肉豆腐(除去食)		
			★米ぬか油	
			★皮むき生姜ホール	
			★豚かたこま切れ	
			★人参	
			★玉ねぎ	
			★つきこんにゃく黒	
			★長ねぎ	
			★かつお薄削り(袋入)	
			★水	
			★上白糖	
			★酒	
			★しょうゆ	
			★本みりん	
			★食塩	
			★押し豆腐	
			★冷凍グリーンピース	
			★チンゲン菜のオイスター炒め	
				★米ぬか油
				★バラベーコン短冊
			★皮むきにんにく	
			★皮むき生姜スライス	
			★人参	
			★緑豆もやし	
			★チンゲン菜	
			★食塩	
			★混合こしょう	
			★オイスターソース	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月 7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	★さわらのねぎみそだれ50/70		
		★さわら切身50/70	
		★米ぬか油	
		★米ぬか油	
		★皮むきにんにく	
		★長ねぎ	
		★白みそ	
		★本みりん	
		★上白糖	
		★しょうゆ	
		★水	
		★でん粉	
	★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	
★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		

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月 8日(水)  
食物アレルギー対応食献立

	料理名	チエック 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	★きのこシチュー(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
		★カットさつまいもいちょう切り
		★マッシュルーム水煮スライス
		★エリンギ短冊
		★ぶなしめじバラ
		★食塩
		★混合こしょう
		★パセリ(乾燥)
		★ビーンズサラダ
		★ホールコーン缶詰
		★人参
		★きゅうり
		★冷凍むき枝豆
		★冷凍ゆで大豆
		★米ぬか油
		★穀物酢
	★食塩	
	★混合こしょう	
	★上白糖	
	★玉ねぎ	
	★ブルーベリージャム	
	★ブルーベリージャム	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月 9日(木)  
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	★ほっけの竜田揚げ40/60
		★ほっけ切身40/60
		★酒
		★しょうゆ
		★皮むき生姜ホール
		★でん粉
		★米ぬか油
	料理名	★菊花汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★木綿豆腐
		★たけのこ水煮
		★菊のり
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★酒	
	★本みりん	
	★ほうれん草	
★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

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月10日(金)  
食物アレルギー対応食献立

	料理名	材料名
昼主	★さつまいもご飯65/75/85/95	
		★さつまいもご飯65/75/85/95
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
		★めかぶと卵のスープ(除去食)
		★米ぬか油
		★ボークハム短冊
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★玉ねぎ
		★干しいたけスライス
		★しょうゆ
		★食塩
		★めかぶ
		★長ねぎ
	★かにかまサラダ(除去食)	
	★キャベツ	
	★ホールコーン缶詰	
	★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	



# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月13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	★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	
		★華風和え	
			★皮むき生姜ホール
		★人参	
		★きゅうり	
		★緑豆もやし	
		★緑豆春雨	
		★しょうゆ	
		★穀物酢	
		★上白糖	
		★食塩	
		★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 9月14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		★いわしのかば焼きだれ40/50	
			★いわし開き40/50
			★でん粉
			★米ぬか油
			★上白糖
			★酒
			★本みりん
			★しょうゆ
			★水
			★でん粉
★鶏ごぼう汁			★米ぬか油
			★若鶏もも皮つきこま切れ
			★カットごぼうささがき
			★人参
			★角こんにやく黒
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★大根
			★干しいたけスライス
			★白みそ
			★赤みそ
		★長ねぎ	
★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

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月15日(水)  
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	★鶏肉のピリ辛だれ50/70	
		★若鶏もも皮つき切身50/70
		★米ぬか油
		★米ぬか油
		★皮むきにんにく
		★皮むき生姜ホール
		★玉ねぎ
		★コチュジャン
		★上白糖
		★本みりん
		★水
		★しょうゆ
		★でん粉
		★海鮮野菜スープ(除去食)
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★玉ねぎ
		★人参
		★干しいたけスライス
		★いか短冊
		★しょうゆ
		★オイスターソース
		★食塩
		★混合こしょう
		★でん粉
		★小松菜
		★切干大根とベーコン炒め
	★米ぬか油	
	★皮むきにんにく	
	★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 3年 9月16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	★菜飯65/75/85/95	
		★菜飯65/75/85/95
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	
		★飲用調製豆乳
昼副	★豚肉と玉ねぎの卵とじ(除去食)	
		★米ぬか油
		★豚かたこま切れ
		★人参
		★玉ねぎ
		★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
		★冷凍いんげん
		★もやしとれんこんの梅肉和え
		★人参
		★カットれんこんいちょう切り
		★緑豆もやし
		★食塩
		★梅肉
		★穀物酢
	★上白糖	
	★しょうゆ	
	★かつお薄削り	
	★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 9月17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	★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
		★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
		★水
		★でん粉
		★コンソメスープ
		★米ぬか油
		★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	
	★パセリ(乾燥)	
	★さつまいもサラダ(ボトルノンエッグマヨネーズ)	
	★玉ねぎ	
	★人参	
	★ホールコーン缶詰	
	★カットさつまいも角切り	
	★きゅうり	
	★食塩	
	★混合こしょう	
	★ボトルノンエッグマヨネーズ	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月21日 (火)  
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ン 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		★焼きししやも(2本)	
			★子持ちししやも
			★酒
			★皮むき生姜ホール
			★米ぬか油
			★お月見汁
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★若鶏もも皮なしこま切れ
			★人参
			★玉ねぎ
			★えのきたけバラ
			★ちらしかまぼこ(月見)
			★しょうゆ
			★食塩
		★酒	
		★小松菜	
		★豚肉のみそ炒め	
		★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	
		★緑豆もやし	
		★冷凍いんげん	
		★赤みそ	
		★しょうゆ	
		★本みりん	
		★上白糖	
		★酒	
		★お月見ゼリー	
			★お月見ゼリー

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月22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	★フライドポテト(計量配缶)	
		★フライドポテト
		★米ぬか油
		★食塩
		★混合こしょう
		★青のり
	★肉団子のトマト煮	
		★米ぬか油
		★皮むきにんにく
		★カットセロリ小口切り
		★玉ねぎ
		★人参
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★肉団子
	★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	
★カラフルサラダ		
	★きゅうり	
	★カット赤パプリカ千切り	
	★ホールコーン缶詰	
	★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 3年 9月24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	★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
		★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	
	★パセリ(乾燥)	
	★キャベツとコーンのソテー	
	★米ぬか油	
	★玉ねぎ	
	★キャベツ	
	★ホールコーン缶詰	
	★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 9月27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		★あじの竜田揚げ40/60	
			★あじ切身40/60
			★酒
			★しょうゆ
			★皮むき生姜ホール
			★でん粉
			★米ぬか油
			★小松菜のみそ汁
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★玉ねぎ
			★木綿豆腐
			★白みそ
			★赤みそ
			★小松菜
		★大根の辛味炒め	
			★米ぬか油
			★トウバンジャン
			★皮むき生姜ホール
			★皮むきにんにく
			★豚かた千切り
			★人参
			★大根
			★上白糖
			★しょうゆ
		★食塩	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月28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		★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		★カレモア(鶏肉のカレー)(除去食)	★米ぬか油 ★皮むきにんにく ★皮むき生姜ホール ★若鶏もも皮つきこま切れ ★玉ねぎ ★人参 ★じゃがいも ★鶏ガラスープ(顆粒) ★水 ★カット赤パプリカ千切り ★カット黄パプリカ千切り ★食塩 ★混合こしょう ★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 ★しょうゆ
		★人参とツナのサラダ	★人参 ★緑豆もやし ★ツナ油漬フレークライト ★小松菜 ★穀物酢 ★米ぬか油 ★食塩 ★上白糖 ★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 9月29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	★さわらのごまみそだれ50/70	
		★さわら切身50/70
		★米ぬか油
		★西京みそ
		★白すりごま
		★白ねりごま
		★上白糖
		★本みりん
		★しょうゆ
		★水
		★のっぺい汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
	★人参	
	★大根	
	★角こんにやく黒	
	★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	
	★白菜としめじの煮びたし	
	★人参	
	★白菜	
	★ぶなしめじバラ	
	★かつお薄削り(袋入)	
	★水	
	★しょうゆ	
	★本みりん	
	★酒	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年 9月30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	★タッカルビ丼(除去食)		
		★米ぬか油	
		★皮むきんにんにく	
		★皮むき生姜ホール	
		★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	
		★干しいたけスライス	
		★キャベツ	
		★上白糖	
		★オイスターソース	
		★コチュジャン	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★生揚げ	
		★にら	
		★でん粉	
		★ごま油	
		★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	
	★稲城市産新高梨		
		★稲城市産新高梨	