

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月 1日(火)

普通食献立

	チエック	
	料理名	材料名
昼主	コーン食パン40/50/60/65	コーン食パン40/50/60/65
		コーン食パン40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	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
		水
	かぶのスープ	米ぬか油
若鶏もも皮つきこま切れ		若鶏もも皮つきこま切れ
人参		人参
玉ねぎ		玉ねぎ
冷凍鶏ガラパック		冷凍鶏ガラパック
水		水
カットかぶくし切り		カットかぶくし切り
食塩		食塩
しょうゆ		しょうゆ
混合こしょう		混合こしょう
パセリ(乾燥)		パセリ(乾燥)
キャベツとウインナーのソテー	米ぬか油	米ぬか油
	ウインナー薄	ウインナー薄
	玉ねぎ	玉ねぎ
	人参	人参
	キャベツ	キャベツ
	食塩	食塩
	混合こしょう	混合こしょう

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月 2日(水)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	すき焼き煮	
		米ぬか油
		豚かたこま切れ
		カットごぼうささがき
		人参
		かつお薄削り(袋入)
		水
		長ねぎ
		白菜
		つきこんにやく黒
		すき焼きふ
		焼き豆腐
		酒
		上白糖
		しょうゆ
		食塩
		春雨の塩こうじ炒め
		米ぬか油
		ポークハム短冊
		人参
		緑豆もやし
		緑豆春雨
		上白糖
		塩こうじ(液体)
		しょうゆ
		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11月 4日(金)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	揚げししやも(2本)	
		子持ちししやも
		でん粉
		米ぬか油(揚げ油)
芋煮		米ぬか油
		豚かたこま切れ
		人参
		ちぎりこんにやく黒
		カットごぼう小口切り
		ぶなしめじバラ
		なめこバラ
		カットさといも乱切り
		かつお薄削り(袋入)
		水
		酒
		上白糖
		食塩
		しょうゆ
		長ねぎ
	冷凍いんげん	
キャベツのおひたし		人参
		キャベツ
		小松菜
		上白糖
		食塩
		しょうゆ

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月 7日(月)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	じゃがいものキーマカレー	
		米ぬか油
		にんにく
		生姜
		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
	ビーンズサラダ	
		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

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月 8日(火)

普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	戻りがつおの甘辛揚げ(計量配缶)		
		戻りがつお角切り	
		しょうゆ	
		酒	
		でん粉	
		米ぬか油(揚げ油)	
		しょうゆ	
		酒	
		本みりん	
		上白糖	
		生姜	
		にんにく	
		長ねぎ	
		水	
		かぼちやのみそ汁	
			かつお薄削り(袋入)
			水
			人参
			玉ねぎ
			カットかぼちや角切り
			白みそ
			赤みそ
			長ねぎ
		くきわかめのきんぴら	
			米ぬか油
			豚かた千切り
			カットごぼう千切り
			人参
			くきわかめ
			つきこんにやく黒
			冷凍いんげん
			上白糖
			しょうゆ
		本みりん	
		酒	
		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11月 9日(水)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	鶏肉のねぎだれ50/70	
		若鶏もも皮つき切身50/70
		米ぬか油
		米ぬか油
		生姜
		にんにく
		長ねぎ
		上白糖
		しょうゆ
		食塩
		水
		穀物酢
		でん粉
		水
	ピリ辛スープ	
		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	
もやしの中華和え		人参
		緑豆もやし
		小松菜
		上白糖
		しょうゆ
		食塩
		ごま油
		白いりごま

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月10日(木)

普通食献立

	チ エ ン ク	
	料理名	材料名
昼主	キャロット食パン40/50/60/65	
		キャロット食パン40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	さけの香草焼き50/70	
		さけ切身50/70
		白ワイン
		冷凍レモン果汁
		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
	きのこのクリームスープ	
		バラベーコン短冊
		若鶏もも皮つき角切り
		人参
		玉ねぎ
		冷凍鶏ガラパック
		水
		マッシュルーム水煮スライス
		エリンギ短冊
		食塩
		混合こしょう
		調理用牛乳
		生クリーム
		バター
		米ぬか油
マスタードポテト		小麦粉
		米ぬか油
		ウインナー厚
		じゃがいも
		食塩
		混合こしょう
	マスタードパウダー	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月11日(金)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	親子煮	
		米ぬか油
		若鶏もも皮つきこま切れ
		人参
		玉ねぎ
		角こんにやく黒
		かつお薄削り(袋入)
		水
		ぶなしめじバラ
		すき焼きふ
		上白糖
		しょうゆ
		食塩
		酒
		冷凍殺菌液卵
		冷凍グリーンピース
		かにかまと大根のサラダ
		大根
		冷凍ホールコーン
		かにかまぼこ
		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	



# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月14日(月)

普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	豚キムチ丼		
		米ぬか油	
		にんにく	
		生姜	
		豚かたこま切れ	
		玉ねぎ	
		キャベツ	
		人参	
		長ねぎ	
		キムチ	
		水	
		上白糖	
		しょうゆ	
		酒	
		オイスターソース	
		コチュジャン	
		食塩	
		にら	
		でん粉	
		水	
		ごま油	
	華風和え		人参
			きゅうり
			緑豆もやし
			緑豆春雨
			生姜
			しょうゆ
		穀物酢	
		上白糖	
		食塩	
		ごま油	
		白いりごま	
みかん(柑橘)			
		みかん	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月15日(火)

普通食献立

	料理名	材料名
昼主	ご飯60/70/80/90	チエツク
		白飯60/70/80/90
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳
		飲用牛乳
昼副	焼きメンチカツ50/70	焼きメンチカツ50/70
		米ぬか油
		中濃ソース
		水
	秋の具だくさんみそ汁	かつお薄削り(袋入)
		水
		人参
		カットごぼうささがき
		角こんにゃく黒
		カットさつまいもいちょう切り
		木綿豆腐
		白みそ
		赤みそ
長ねぎ		
ひじきサラダ	緑豆もやし	
	人参	
	芽ひじき	
	冷凍むき枝豆	
	きゅうり	
	米ぬか油	
	穀物酢	
	食塩	
	混合こしょう	
	上白糖	
	しょうゆ	
	玉ねぎ	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月16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	さんまのおろしだれ50/50	さんま筒切り 50/50		
		米ぬか油		
		しょうゆ		
		本みりん		
		上白糖		
		水		
		大根		
		でん粉		
		水		
		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				
水				
小松菜のおかか和え		人参		
		小松菜		
		キャベツ		
		酒		
		本みりん		
		しょうゆ		
		食塩		
		上白糖		
		かつお薄削り		

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月17日(木)  
普通食献立

	チ エ ッ ク	
	料理名	材料名
昼主	いちごマーブル食パン	40/50/60/65
		いちごマーブル食パン40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	冬野菜のスープ煮	
		米ぬか油
		カットセロリ小口切り
		豚かた角切り
		玉ねぎ
		人参
		冷凍鶏ガラパック
		水
		ミニウインナー
		じゃがいも
		キャベツ
		カットブロッコリー
		しょうゆ
		食塩
		混合こしょう
	こんにやくサラダ	
		緑豆もやし
		人参
		サラダこんにやく
		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

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月18日(金)

普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	あじの甘酢だれ40/60		
		あじ切身40/60	
		でん粉	
		米ぬか油(揚げ油)	
		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	
		のっぺい汁	
			かつお薄削り(袋入)
			水
			人参
			大根
		カットさといもいちよう切り	
		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	
		水	
	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	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年11月21日(月)

普通食献立

	チ エ ツ 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
		キャベツのじゃこ和え
		ごま油
		ちりめんじゃこ
		緑豆もやし
		人参
		キャベツ
		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11月22日(火)

普通食献立

	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
	鶏汁	
		米ぬか油
		若鶏もも皮なしこま切れ
		人参
		カットごぼうささがき
		角こんにやく黒
	かつお薄削り(袋入)	
	水	
	焼き豆腐	
	酒	
	食塩	
	しょうゆ	
	長ねぎ	
切干大根の煮物		米ぬか油
		人参
		切干大根
		油揚げ
		つきこんにやく黒
		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11月24日(木)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	ほっけの竜田揚げ40/60	
		ほっけ切身40/60
		酒
		しょうゆ
		生姜
		でん粉
		米ぬか油(揚げ油)
		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	
	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11月25日(金)  
普通食献立

	チ エ ッ ク		
	料理名	材料名	
昼主	コッペパン40/50/60/65		
		コッペパン40/50/60/65	
昼飲	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	さつまいもシチュー		
		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	
		カットさつまいもちょう切り	
		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	
		パセリ(乾燥)	
		キャベツとパプリカのソテー	
		米ぬか油	
		玉ねぎ	
		キャベツ	
		カット黄パプリカ千切り	
		カット赤パプリカ千切り	
		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11月28日(月)

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	焼売(2コ/3コ)	
		焼売
		米ぬか油
	中華風野菜スープ	
		米ぬか油
		生姜
		若鶏もも皮なしこま切れ
		人参
		冷凍鶏ガラパック
		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
		長ねぎ
		でん粉
		水
	海鮮と野菜の炒め煮	
		米ぬか油
		にんにく
		生姜
		豚かたこま切れ
		人参
		キャベツ
		チンゲン菜
		冷凍むきえび
		しょうゆ
		オイスターソース
		上白糖
		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11月29日(火)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	鶏肉の米粉から揚げ40/60	
		若鶏もも皮なし切身40/60
		酒
		しょうゆ
		にんにく
		生姜
		米粉
		でん粉
		米ぬか油(揚げ油)
		根菜汁
		かつお薄削り(袋入)
		水
		人参
		カットごぼうささがき
		大根
	カットさといもいちょう切り	
	白みそ	
	赤みそ	
	長ねぎ	
	もやしと油揚げの甘酢和え	
	緑豆もやし	
	人参	
	小松菜	
	油揚げ	
	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11月30日(水)

普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	生揚げの中華煮		
		米ぬか油	
		生姜	
		にんにく	
		豚かたこま切れ	
		人参	
		玉ねぎ	
		たけのこ水煮	
		冷凍鶏ガラパック	
		水	
		上白糖	
		しょうゆ	
		酒	
		トウバンジャン	
		オイスターソース	
		食塩	
		生揚げ	
		でん粉	
		水	
		冷凍グリーンピース	
		ごま油	
		小松菜のナムル	
			小松菜
			緑豆もやし
			人参
			しょうゆ
			食塩
		白いりごま	
		ごま油	