

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月 2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	ハンバーグ照り焼きソース60/80		
		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	
		水	
		こどもの日汁	
		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(かぶと)		
	カットわかめ		
	しょうゆ		
	食塩		
	酒		
	小松菜のじゃこおろし和え		
	ごま油		
	ちりめんじゃこ		
	小松菜		
	緑豆もやし		
	人参		
	大根		
	食塩		
	しょうゆ		
	酒		
	上白糖		

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月 6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	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)
		かぼちゃのみそ汁
		かつお薄削り(袋入)
		水
		人参
		玉ねぎ
		カットかぼちゃ角切り
	白みそ	
	赤みそ	
	長ねぎ	
キャベツの甘酢和え		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

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月 9日(月)

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	さわらの和風レモンだれ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	
		冷凍レモン果汁	
		水	
		でん粉	
		水	
	山菜汁		米ぬか油
			若鶏もも皮なしこま切れ
			かつお薄削り(袋入)
		水	
		人参	
		たけのこ水煮	
		ぜんまい水煮	
		しょうゆ	
		食塩	
		酒	
		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 5月10日(火)  
普通食献立

	チ エ ッ ク	
	料理名	材料名
昼主	黒砂糖	パン(コッペ)40/50/60/65
		黒砂糖パン(コッペ)40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	米粉豆乳	シチュー
		米ぬか油
		若鶏もも皮つき角切り
		玉ねぎ
		人参
		冷凍鶏ガラパック
		水
		じゃがいも
		冷凍ホールコーン
		クリームコーン缶詰
		食塩
		混合こしょう
		豆乳
		米ぬか油
		米粉
		パセリ(乾燥)
		コールスローサラダ
		キャベツ
		冷凍ホールコーン
		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	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月11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	ビビンバ	
		米ぬか油
		にんにく
		生姜
		豚かた千切り
		人参
		大豆もやし
		緑豆もやし
		小松菜
		上白糖
		しょうゆ
		酒
		本みりん
		赤みそ
		トウバンジャン
		コチュジャン
		テンメンジャン
		白いりごま
		ごま油
	春雨と肉団子のスープ	
		水
		肉団子
		人参
		玉ねぎ
		キャベツ
		緑豆春雨
		食塩
		混合こしょう
		しょうゆ
河内晩柑(柑橘)		
		河内晩柑

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月12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	初がつおの甘辛揚げ(計量配缶)		
		初がつお角切り	
		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	
		豚汁	
		米ぬか油	
		豚かたこま切れ	
		人参	
		角こんにゃく黒	
		カットごぼうささがき	
		かつお薄削り(袋入)	
		水	
		大根	
	木綿豆腐		
	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		

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月13日(金)  
普通食献立

	チ エ ッ ク	
	料理名	材料名
昼主	グリーンピースご飯65/75/85/95	
		グリーンピースご飯65/75/85/95
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
		大根の塩昆布和え
		大根
		人参
		緑豆もやし
		塩昆布
	食塩	
	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 5月16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	家常豆腐	
		米ぬか油
		にんにく
		生姜
		豚かたこま切れ
		人参
		キャベツ
		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
		テンメンジャン
		赤みそ
		生揚げ
		長ねぎ
		でん粉
		水
	華風和え	
		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

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月17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
		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	
	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	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月18日(水)

普通食献立

	チ エ ツ 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		豚肉とキャベツの煮込み
		米ぬか油
		にんにく
		カットセロリ小口切り
		豚かた角切り
		人参
		玉ねぎ
		冷凍鶏ガラパック
		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
		パセリ(乾燥)
		チリコンカン
		米ぬか油
		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	
	水	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月19日(木)

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	チキンカレー		
		米ぬか油	
		にんにく	
		生姜	
		若鶏もも皮つきこま切れ	
		玉ねぎ	
		人参	
		じゃがいも	
		冷凍鶏ガラパック	
		水	
		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	
		米ぬか油	
		バター	
		小麦粉	
		カレー粉	
		シュレッドチーズ	
		アスパラソテー	
			米ぬか油
			バラベーコン短冊
			玉ねぎ
			人参
			キャベツ
		アスパラガス	
		冷凍ホールコーン	
		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 5月20日(金)

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	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
		生姜
		上白糖
		本みりん
		しょうゆ
		水
		でん粉
		水
		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	
	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	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月23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	鶏肉の香味だれ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	
		酒	
		しょうゆ	
		上白糖	
		本みりん	
		食塩	
		水	
		でん粉	
		水	
		ピリ辛スープ	
			米ぬか油
			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	
		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 5月24日(火)

普通食献立

	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	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)	
		塩こうじ	
		上白糖	
		本みりん	
		食塩	
		酒	
		冷凍いんげん	
	ほうれん草とえのきのおひたし		ほうれん草
			緑豆もやし
			人参
			えのきたけバラ
		食塩	
		しょうゆ	
		酒	
		上白糖	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月25日(水)

普通食献立

	チ エ ッ 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
		キャロット食パン40/50/60/65
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
		マカロニスープ
		米ぬか油
		若鶏もも皮つきこま切れ
		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	
	シエルマカロニ	
	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
		人参
		玉ねぎ
		キャベツ
		冷凍ホールコーン
		食塩
		混合こしょう
		しょうゆ

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月26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	焼き豆腐のみそそぼろ煮		
		米ぬか油	
		生姜	
		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	
		水	
		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	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月27日(金)

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	さばのガーリック焼き50/70	
		さば切身50/70
		食塩
		混合こしょう
		白ワイン
		にんにく
		米ぬか油
		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	
	キャベツのおかか和え	
	人参	
	キャベツ	
	緑豆もやし	
	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 5月30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	さわらのごまみそだれ50/70	
		さわら切身50/70
		米ぬか油
		赤みそ
		白すりごま
		白ねりごま
		上白糖
		本みりん
		しょうゆ
		水
		かみなり汁
		米ぬか油
		木綿豆腐
		カットごぼうささがき
		人参
	大根	
	角こんにやく黒	
	かつお薄削り(袋入)	
	水	
	食塩	
	しょうゆ	
	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

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 5月31日(火)

普通食献立

	チ エ ッ ク	
	料理名	材料名
昼主	ココアパン(食パン)40/50/60/65	ココアパン(食パン)40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳
昼副	鶏肉のバーベキューソース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
		カットセロリ小口切り
		しょうゆ
		赤ワイン
		上白糖
		ウスターソース
		水
		でん粉
		水
		かぶとベーコンのスープ
		米ぬか油
		バラベーコン短冊
		人参
		玉ねぎ
		冷凍鶏ガラパック
		水
		カットかぶくし切り
		食塩
		しょうゆ
		混合こしょう
		パセリ(乾燥)
		ペンネソテー
		米ぬか油
		にんにく
		豚かたこま切れ
		人参
		玉ねぎ
		キャベツ
		ぶなしめじバラ
		食塩
		混合こしょう
		しょうゆ
		ペンネ