

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月 2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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月 6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
		★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

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月 9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
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月10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	★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	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★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			

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月11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	★ビビンバ(除去食)		
		★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	
		★白いりごま	
		★ごま油	
	★春雨と肉団子のスープ		★鶏ガラスープ(顆粒)
			★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月12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	★初がっおの甘辛揚げ(計量配缶)		
		★初がっお角切り	
		★しょうゆ	
		★酒	
		★でん粉	
		★米ぬか油	
		★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
			★角こんにやく黒
			★カットごぼうさがき
			★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月13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	★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
		★角こんにゃく黒
		★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
		★大根の塩昆布和え(除去食)
		★大根
		★人参
		★緑豆もやし
		★食塩
		★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 4年 5月16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	★家常豆腐(除去食)		
		★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	
		★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	
		★水	
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月17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	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月18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	★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	★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	
		★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	
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月19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	★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	★チキンカレー(除去食)		
		★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	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★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	
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月20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	★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(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	
	★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 4年 5月23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		★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
			★鶏ガラスープ(顆粒)	
			★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(除去食)		
			★大根	
			★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月24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	★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	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月25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	★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
		★中濃ソース
		★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)	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月26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	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月27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
		★カットごぼうさがき
		★人参
		★角こんにゃく黒
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月30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
	★カットごぼうさがき	
	★人参	
	★大根	
	★角こんにゃく黒	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 5月31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	★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
		★鶏ガラスープ(顆粒)
	★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(除去食)		★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