

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月 1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		★あじの甘酢だれ40/60		
			★あじ切身40/60	
			★でん粉	
			★米ぬか油	
			★米ぬか油	
			★皮むきにんにく	
			★皮むき生姜ホール	
			★トウバンジャン	
			★玉ねぎ	
			★上白糖	
			★穀物酢	
			★しょうゆ	
			★水	
			★でん粉	
			★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	
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月 2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
		★かぶのスープ
		★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	
	★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)	
	★キャベツとウインナーのソテー	
	★米ぬか油	
	★ウインナー薄	
	★玉ねぎ	
	★人参	
	★キャベツ	
	★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11月 4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
		★けんちん汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
	★カットごぼうささがき	
	★角こんにやく黒	
	★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	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月 5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	★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	★ポークカレー(除去食)	
		★米ぬか油
		★皮むきんにく
		★皮むき生姜ホール
		★豚かた角切り
		★玉ねぎ
		★人参
		★じゃがいも
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★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
		★食塩
		★混合こしょう
		★しょうゆ
		★大根サラダ
		★大根
		★人参
		★きゅうり
		★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	
	★みかん(柑橘)	
	★みかん	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月 8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	★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
		★しょうゆ
		★酒
		★本みりん
		★上白糖
		★皮むき生姜ホール
		★皮むきにんにく
		★長ねぎ
		★水
		★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
		★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
		★つきこんにゃく黒
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月 9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
		★皮むき生姜ホール
		★皮むきにんにく
		★長ねぎ
		★上白糖
		★しょうゆ
		★食塩
		★水
		★穀物酢
		★でん粉
		★ピリ辛スープ
		★米ぬか油
		★皮むきにんにく
		★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	
	★もやし中華和え	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月10日(水)
食物アレルギー対応食献立

	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	★飲用豆乳(代替食)		
		★飲用調製豆乳	
昼副	★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	
		★冷凍絹さや	
		★かにかまと大根のサラダ(除去食)	
			★大根
			★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11月11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		★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		★さけの香草焼き50/70		
			★さけ切身50/70	
			★白ワイン	
			★レモン果汁	
			★皮むきにんにく	
			★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(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
				★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	
			★エリンギ短冊	
			★食塩	
			★混合こしょう	
		★マスタードポテト		
			★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月12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		★タッカルビ丼(除去食)		
			★米ぬか油	
			★皮むきんにく	
			★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	
			★華風和え	
				★人参
				★きゅうり
			★緑豆もやし	
			★緑豆春雨	
			★皮むき生姜ホール	
			★しょうゆ	
			★穀物酢	
			★上白糖	
			★食塩	
			★ごま油	
			★白いりごま	
		★ももゼリー		
			★ももゼリー	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月15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	
		★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
		★秋の具だくさんみそ汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★カットごぼうさがき
		★角こんにやく黒
		★カットさつまいもいちよう切り
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月16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	★	すき焼き煮(除去食)		
			★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	
			★焼き豆腐	
			★酒	
			★上白糖	
			★しょうゆ	
			★食塩	
		★	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 3年11月17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	★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	★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
	★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	
★根菜のごまみそ炒め		
	★米ぬか油	
	★カットごぼうさがき	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月18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	★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	★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
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月19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		★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
			★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	
		★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11月22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	★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
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月24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	★さばの塩焼き50/70	
		★さば切身50/70
		★食塩
		★米ぬか油
	★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
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月25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	★生揚げの中華煮		
		★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	
		★人参	
		★玉ねぎ	
		★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	
		★オイスターソース	
		★食塩	
		★生揚げ	
		★でん粉	
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月26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
		★皮むきんにんにく
		★皮むき生姜ホール
		★米粉
		★でん粉
		★米ぬか油
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年11月29日(月)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ツ 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	★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	
		★チャブチャイ(海鮮と野菜の炒め煮)(除去食)	★米ぬか油
			★皮むきにんにく
			★皮むき生姜ホール
		★豚かたこま切れ	
		★人参	
		★キャベツ	
		★チンゲン菜	
		★水	
		★しょうゆ	
		★オイスターソース	
		★上白糖	
		★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11月30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	★さつまいもシチュー(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
		★食塩
		★混合こしょう
		★バセリ(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	