

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 1月11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	★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	★豚肉と大根のうま煮(除去食)		
		★米ぬか油	
		★皮むき生姜ホール	
		★豚かた角切り	
		★玉ねぎ	
		★人参	
		★大根	
		★ちぎりこんにやく黒	
		★かつお薄削り(袋入)	
		★水	
		★たけのこ水煮	
		★ぶなしめじバラ	
		★さつま揚げ(ボール)	
		★上白糖	
		★酒	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★冷凍いんげん	
		★小松菜のじゃこ和え	
			★ごま油
		★ちりめんじゃこ	
		★人参	
		★緑豆もやし	
		★小松菜	
		★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 4年 1月12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	★さわらの西京みそだれ50/70	
		★さわら切身50/70
		★米ぬか油
		★西京みそ
		★上白糖
		★本みりん
		★しょうゆ
		★水
		★でん粉
		★もち入り雑煮
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★若鶏もも皮つきこま切れ
		★人参
		★大根
	★角こんにやく黒	
	★冷凍煮込みもち	
	★本みりん	
	★しょうゆ	
	★食塩	
	★小松菜	
	★キャベツの塩昆布和え(除去食)	
	★キャベツ	
	★緑豆もやし	
	★人参	
	★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 1月13日(木)
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	★ほうれん草シチュー(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
		★じゃがいも
		★マッシュルーム水煮スライス
		★食塩
		★混合こしょう
		★ほうれん草
		★カラフルソテー
		★米ぬか油
		★玉ねぎ
		★キャベツ
		★ホールコーン缶詰
		★カット赤パプリカ千切り
	★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 1月14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
		★めった汁
		★米ぬか油
		★豚かたこま切れ
		★人参
		★角こんにゃく黒
		★干しいたけスライス
		★カットごぼうさがき
	★かつお薄削り(袋入)	
	★水	
	★油揚げ	
	★玉ねぎ	
	★カットさつまいもいちょう切り	
	★白みそ	
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
	★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 4年 1月17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
		★ほうれん草のごま和え
		★ほうれん草
		★緑豆もやし
		★人参
		★白すりごま
		★白ねりごま
		★しょうゆ
	★上白糖	
	★食塩	
	★ふりかけ	
		★ふりかけ

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 1月18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	★さばのおろしだれ50/70	
		★さば切身50/70
		★米ぬか油
		★しょうゆ
		★本みりん
		★上白糖
		★水
		★大根
		★でん粉
		★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	
★きんぴらごぼう		★米ぬか油
		★カットごぼう千切り
		★カットれんこんいちょう切り
		★人参
		★つきこんにゃく黒
		★上白糖
		★しょうゆ
		★本みりん
		★七味唐辛子
		★冷凍いんげん
		★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 1月19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	★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	
		★つきこんにやく黒	
		★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	
		★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 1月20日(木)
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	★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
		★ヨーギキ(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		
★フレンチサラダ		★ホールコーン缶詰
		★カット赤パプリカ千切り
		★キャベツ
		★きゅうり
		★米ぬか油
		★穀物酢
		★上白糖
		★マスタードパウダー
		★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 4年 1月21日(金)
食物アレルギー対応食献立

	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
		★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
		★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
		★枝豆とパプリカのサラダ
		★緑豆もやし
		★カット黄パプリカ千切り
		★カット赤パプリカ千切り
		★冷凍むき枝豆
		★米ぬか油
		★穀物酢
		★食塩
		★混合こしょう
		★上白糖
		★玉ねぎ
	★でこぼん(柑橘)	
	★でこぼん	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 1月24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	★くじらのケチャップソース(計量配缶)	
		★くじら角切り
		★酒
		★皮むきにんにく
		★皮むき生姜ホール
		★食塩
		★でん粉
		★米ぬか油
		★水
		★トマトケチャップ
		★ウスターソース
		★白みそ
		★赤みそ
		★上白糖
		★しょうゆ
		★でん粉
		★根菜汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★カットごぼうさがき
		★大根
		★カットさといもいちょう切り
		★白みそ
		★赤みそ
		★長ねぎ
		★キャベツときのご炒め
	★米ぬか油	
	★キャベツ	
	★人参	
	★ぶなしめじバラ	
	★エリンギ短冊	
	★ホールコーン缶詰	
	★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 1月25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	★白菜と肉団子のスープ	
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★肉団子
		★人参
		★玉ねぎ
		★きくらげ
		★白菜
		★食塩
		★混合こしょう
		★しょうゆ
		★ビビンバ(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	
	★ぶどうゼリー	
	★ぶどうゼリー	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 1月26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	★あじのねぎみそだれ50/70		
		★あじ切身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	
	★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	
★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 1月27日(木)
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)	チエック	
		★米粉パン	
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	チエック	
		★飲用調製豆乳	
昼副	★冬野菜のスープ煮	チエック	
		★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	
		★コーンソテー	チエック
			★米ぬか油
			★バラベーコン短冊
			★人参
			★玉ねぎ
★エリンギ短冊			
★ホールコーン缶詰			
★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 1月28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	★肉団子(4コ/6コ)(代替食)	
		★肉団子
		★米ぬか油
	★中華丼(除去食)	
		★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
		★たけのこ水煮
		★白菜
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★いか短冊
		★なると
		★オイスターソース
		★食塩
		★混合こしょう
		★上白糖
		★酒
		★しょうゆ
		★でん粉
		★冷凍絹さや
	★海藻サラダ	
		★玉ねぎ
		★人参
		★海藻ミックス
		★緑豆もやし
		★ホールコーン缶詰
		★食塩
		★混合こしょう
		★しょうゆ
		★米ぬか油
		★穀物酢
		★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 1月31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(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
			★油揚げのみそ汁
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★大根
			★木綿豆腐
			★油揚げ
			★白みそ
			★赤みそ
			★長ねぎ
			★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	