

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 3月 1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	★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	
		★大根の甘酢和え	
			★大根
			★人参
		★きゅうり	
		★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 4年 3月 2日(水)
食物アレルギー対応食献立

	チェック	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	★	さけのマリナード焼き50/70	★さけ切身50/70
			★食塩
			★混合こしょう
			★米ぬか油
			★皮むきにんにく
			★玉ねぎ
			★穀物酢
			★しょうゆ
			★米ぬか油
	★	スコッチブロス(麦と野菜のスープ)	★米ぬか油
			★バラベアコン短冊
			★豚かたこま切れ
			★人参
			★玉ねぎ
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★キャベツ	
		★食塩	
		★しょうゆ	
		★混合こしょう	
		★押麦	
		★パセリ(乾燥)	
		★ミックスベジタブルソテー	★米ぬか油
			★ウインナー薄
			★玉ねぎ
			★人参
			★ホールコーン缶詰
			★冷凍グリーンピース
			★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 3月 3日(木)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ツ ク	材料名	
昼主	★ゆかり	★ごはん65/75/85/95	
		★ゆかりごはん65/75/85/95	
昼飲	★飲用豆乳(代替食)		
		★飲用調製豆乳	
昼副	★さわらのゆず風味だれ	★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	
		★ゆず果汁	
		★水	
		★でん粉	
	★ひな祭り汁		★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★人参
		★たけのこ水煮	
		★えのきたけバラ	
		★カットわかめ	
		★ちらしかまぼこ(梅)	
		★食塩	
		★しょうゆ	
		★酒	
		★本みりん	
		★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 3月 4日(金)
食物アレルギー対応食献立

	チエック	材料名	
	料理名		
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	★生揚げのうま煮		
		★米ぬか油	
		★皮むき生姜ホール	
		★豚かたこま切れ	
		★人参	
		★玉ねぎ	
		★大根	
		★かつお薄削り(袋入)	
		★水	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★上白糖	
		★酒	
		★赤みそ	
		★生揚げ	
		★でん粉	
		★冷凍いんげん	
		★小松菜ときのこ炒め	
			★米ぬか油
			★皮むきにんにく
		★玉ねぎ	
		★人参	
		★ぶなしめじバラ	
		★エリンギ短冊	
		★小松菜	
		★食塩	
		★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 3月 7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	★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	★じゃがいものキーマカレー	
		★米ぬか油
		★皮むきんにく
		★皮むき生姜ホール
		★豚ひき肉
		★玉ねぎ
		★人参
		★じゃがいも
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★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
		★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 3月 8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	★さばの塩焼き50/70	
		★さば切身50/70
		★食塩
		★米ぬか油
	★のっぺい汁	
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★大根
		★角こんにゃく黒
		★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
	★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 4年 3月 9日(水)
食物アレルギー対応食献立

	料理名	チエツク 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	★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
		★大根のじゃこ和え
		★ごま油
		★ちりめんじゃこ
		★大根
		★人参
		★きゅうり
		★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 3月10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	★せんざんき40/60	
		★若鶏もも皮なし切身40/60
		★しょうゆ
		★本みりん
		★酒
		★上白糖
		★皮むきにんにく
		★皮むき生姜ホール
		★でん粉
		★米ぬか油
		★わかめのみそ汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★玉ねぎ
		★人参
		★木綿豆腐
		★カットわかめ
		★白みそ
		★赤みそ
	★白菜のおひたし	
	★人参	
	★白菜	
	★緑豆もやし	
	★上白糖	
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★レモン果汁	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 3月11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		★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		★鶏肉のトマト煮		
			★オリーブ油	
			★皮むきにんにく	
			★若鶏もも皮つき角切り	
			★カットセロリ小口切り	
			★玉ねぎ	
			★人参	
			★鶏ガラスープ(顆粒)	
			★水	
			★カットピーマン千切り	
			★カット黄パプリカ千切り	
			★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	
			★ツナサンドの具(ボトルノンエッグマヨネーズ)	
				★米ぬか油
				★玉ねぎ
				★ツナ油漬フレークライト
				★キャベツ
				★ホールコーン缶詰
				★食塩
			★混合こしょう	
			★ボトルノンエッグマヨネーズ	
		★清見オレンジ(柑橘)		
			★清見オレンジ	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 3月14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	★焼き豆腐のみそそぼろ煮		
		★米ぬか油	
		★皮むき生姜ホール	
		★皮むきにんにく	
		★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	
	★春雨サラダ		★ポークハム短冊
			★人参
		★緑豆もやし	
		★きゅうり	
		★緑豆春雨	
		★米ぬか油	
		★穀物酢	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★上白糖	
		★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 3月15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		★赤飯65/75/85/95	
			★赤飯65/75/85/95
昼飲		★飲用豆乳(代替食)	
			★飲用調製豆乳
昼副		★花型豆腐ハンバーグ40/60	
			★豆腐ハンバーグ40/60
			★米ぬか油
			★上白糖
			★しょうゆ
			★酒
			★本みりん
			★水
			★でん粉
			★豚汁
			★米ぬか油
			★豚かたこま切れ
			★人参
			★角こんにゃく黒
			★カットごぼうさがき
		★かつお薄削り(袋入)	
		★水	
		★大根	
		★カットさといもいちよう切り	
		★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	
		★ぶどうゼリー(代替食)	
			★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 3月16日(水)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	材料名	
昼主	料理名	★ご飯60/70/80/90	
		★白飯60/70/80/90	
昼飲	料理名	★飲用豆乳(代替食)	
		★飲用調製豆乳	
昼副	料理名	★肉団子の甘酢煮込み	
		★凍り豆腐(さいの目)	
		★でん粉	
		★米ぬか油	
		★米ぬか油	
		★皮むき生姜ホール	
		★皮むきにんにく	
		★人参	
		★玉ねぎ	
		★たけのこ水煮	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★肉団子	
		★カットピーマン千切り	
		★トマトケチャップ	
		★上白糖	
		★しょうゆ	
		★オイスターソース	
		★穀物酢	
		★でん粉	
		料理名	★もやしのオイスター炒め
			★米ぬか油
			★バラベーコン短冊
		★皮むきにんにく	
		★皮むき生姜ホール	
		★人参	
		★緑豆もやし	
		★エリンギ短冊	
		★小松菜	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★オイスターソース	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 3月17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		★あじの梅おろしだれ50/70		
			★あじ切身50/70	
			★米ぬか油	
			★しょうゆ	
			★本みりん	
			★水	
			★大根	
			★梅肉	
			★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	
		★じゃがいものきんぴら		
			★米ぬか油	
			★豚かた千切り	
			★じゃがいも	
			★人参	
			★冷凍いんげん	
			★上白糖	
			★しょうゆ	
			★本みりん	
			★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 4年 3月18日(金)
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	★マカロニのクリームシチュー(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
		★マッシュルーム水煮スライス
		★食塩
		★混合こしょう
		★冷凍グリーンピース
		★大豆とツナのサラダ
		★ホールコーン缶詰
		★キャベツ
		★冷凍ゆで大豆
		★ツナ油漬フレークライト
		★米ぬか油
		★穀物酢
		★食塩
	★混合こしょう	
	★上白糖	
	★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 3月22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	★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
		★けんちん汁
		★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
	★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	
★キャベツのごま酢和え		★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
		★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 3月23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	★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	
		★ミネストローネ(除去食)	
			★米ぬか油
			★皮むきにんにく
			★カットセロリ小口切り
			★バラベーコン短冊
			★人参
			★玉ねぎ
			★マッシュルーム水煮スライス
			★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水	
		★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	
		★上白糖	
		★混合こしょう	
		★食塩	
		★パセリ(乾燥)	
	★小松菜とウインナーのソテー		
		★米ぬか油	
		★ウインナー薄	
		★玉ねぎ	
		★カット赤パプリカ千切り	
		★ホールコーン缶詰	
		★小松菜	
		★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 3月24日(木)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ッ ク	材料名
昼主	料理名	★菜飯65/75/85/95
		★菜飯65/75/85/95
昼飲	料理名	★飲用豆乳(代替食)
		★飲用調製豆乳
昼副	料理名	★肉団子(4コ/6コ)(代替食)
		★肉団子
		★米ぬか油
		★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
		★くきわかめサラダ
		★緑豆もやし
		★人参
		★くきわかめ
		★きゅうり
		★穀物酢
		★米ぬか油
		★食塩
		★混合こしょう
		★上白糖
		★しょうゆ
		★玉ねぎ