

10月普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年10月 2日(月) 普通食献立		令和 5年10月 3日(火) 普通食献立		令和 5年10月 4日(水) 普通食献立		令和 5年10月 5日(木) 普通食献立		令和 5年10月 6日(金) 普通食献立			
料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名		
ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	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	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90		
飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳		
柳川丼	米ぬか油 豚かたこま切れ 玉ねぎ 人参 カットごぼうささがき かつお薄削り(袋入) 水 干しいたけスライス 角こんにやく黒 上白糖 本みりん しょうゆ 酒 食塩 冷凍殺菌液卵 冷凍いんげん	ハヤシライス 米ぬか油 にんにく 豚かたこま切れ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム水煮スライス 冷凍鶏ガラパック 水 デミグラスソース トマトピューレー トマトケチャップ 赤ワイン 中濃ソース 小麦粉 米ぬか油 上白糖 しょうゆ	さばの香味だれ50/70 さば切身50/70 米ぬか油 米ぬか油 生姜 にんにく 長ねぎ 酒 上白糖 本みりん しょうゆ 食塩 水 でん粉 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 木綿豆腐 食塩 しょうゆ 長ねぎ	ポトフ 米ぬか油 セロリ 豚かた角切り 白ワイン 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 セロリ 冷凍ゆで大豆 金時豆水煮 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	鶏肉のピリ辛だれ50/70 若鶏もも皮つき切身50/70 米ぬか油 米ぬか油 にんにく 生姜 玉ねぎ コチュジャン 上白糖 本みりん 水 しょうゆ でん粉 水 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	小松菜とえのきのおひたし 人参 えのきたけバラ 緑豆もやし 小松菜 食塩 しょうゆ 上白糖	フレッシュサラダ 冷凍ホールコーン 赤パプリカ 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	もやしのごま風味 人参 緑豆もやし 小松菜 白すりごま 白ねりごま しょうゆ 食塩 上白糖	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 冷凍ホールコーン 食塩 混合こしょう

10月普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年10月10日(火) 普通食献立		令和 5年10月11日(水) 普通食献立		令和 5年10月12日(木) 普通食献立		令和 5年10月13日(金) 普通食献立	
料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名
麦ご飯65/75/85/95	麦ご飯65/75/85/95	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ミルクパン(食パン)40/50/60/65	ミルクパン(食パン)40/50/60/65	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90
飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳
ほうれん草入りキーマカレー	米ぬか油 にんにく 生姜 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも ほうれん草 冷凍鶏ガラパック 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	豚キムチ炒め	米ぬか油 にんにく 生姜 豚かたこま切れ 玉ねぎ キャベツ 人参 長ねぎ キムチ 水 上白糖 しょうゆ オイスターソース コチュジャン 食塩 にら でん粉 水 ごま油	ホキのサルサソース40/60	ホキ切身40/60 でん粉 米ぬか油(揚げ油) 米ぬか油 にんにく 玉ねぎ トマトケチャップ ダイスカットトマト缶詰 上白糖 しょうゆ 赤ワイン 食塩 チリパウダー 水 でん粉 水	鶏肉のすき焼き風	米ぬか油 若鶏もも皮つき角切り 人参 かつお薄削り(袋入) 水 長ねぎ 白菜 干しいたけスライス カットしらたき すき焼きふ 焼き豆腐 酒 上白糖 しょうゆ 食塩
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	いんげんのナムル	緑豆もやし 人参 冷凍いんげん しょうゆ 食塩 白いりごま ごま油	麦と野菜のスープ	米ぬか油 豚かたこま切れ 人参 玉ねぎ 冷凍鶏ガラパック 水 キャベツ 食塩 しょうゆ 混合こしょう 押麦 パセリ(乾燥)	わかめサラダ	人参 カットわかめ 大根 きゅうり 白いりごま 米ぬか油 穀物酢 上白糖 しょうゆ 食塩 マスタードパウダー 玉ねぎ
稲城市産ブルーベリーゼリー	稲城市産ブルーベリーゼリー			小松菜とウィンナーのソテー	米ぬか油 ウィンナー薄 玉ねぎ 赤パプリカ 冷凍ホールコーン 小松菜 食塩 混合こしょう		

10月普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年10月16日(月) 普通食献立		令和 5年10月17日(火) 普通食献立		令和 5年10月18日(水) 普通食献立		令和 5年10月19日(木) 普通食献立		令和 5年10月20日(金) 普通食献立			
料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名		
ゆでスパゲティ140/160/180	ゆでスパゲティ140/160/180	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90		
飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳		
ミートソース	米ぬか油 豚ひき肉 セロリ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム水煮スライス 水 トマトケチャップ トマトピューレー 中濃ソース 赤ワイン 食塩 混合こしょう 米粉 水 パセリ(乾燥)	肉団子の酢豚風	米ぬか油 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ たけのこ水煮 干しいたけスライス 冷凍鶏ガラパック 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 水	あかうおの照り焼きだれ50/70	あかうお切身50/70 米ぬか油 上白糖 しょうゆ 酒 本みりん 水 でん粉 水	豚肉の和風あんかけ丼	米ぬか油 にんにく 生姜 豚かたこま切れ 玉ねぎ 人参 キャベツ 長ねぎ かつお薄削り(袋入) 水 上白糖 しょうゆ 本みりん 酒 でん粉 水	豚肉の和風あんかけ丼	米ぬか油 にんにく 生姜 豚かたこま切れ 玉ねぎ 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	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
キャベツとコーンのサラダ	冷凍ホールコーン キャベツ 人参 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	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	豆乳仕立ての飛鳥汁	米ぬか油 若鶏もも皮つきこま切れ 人参 かつお薄削り(袋入) 水 大根 カットさつまいもいちよう切り 豆乳 白みそ 赤みそ	しらたき炒め	米ぬか油 豚ひき肉 人参 カットしらたき たけのこ水煮 長ねぎ しょうゆ 赤みそ 上白糖	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	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

10月普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年10月23日(月) 普通食献立		令和 5年10月24日(火) 普通食献立		令和 5年10月25日(水) 普通食献立		令和 5年10月26日(木) 普通食献立		令和 5年10月27日(金) 普通食献立	
料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名
ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	キャロット食パン40/50/60/65	キャロット食パン40/50/60/65
飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳
さばの和風レモンだれ50/70	さば切身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	豚肉のかりんと揚げ(計量配缶)	豚かた角切り しょうゆ 本みりん 酒 生姜 でん粉 米ぬか油(揚げ油)	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	ハンバーグおろしだれ60/80	ハンバーグ60/80 米ぬか油 しょうゆ 本みりん 上白糖 水 大根 でん粉 水	鶏肉のトマト煮	オリーブ油 にんにく 若鶏むね皮つき角切り セロリ 玉ねぎ 人参 冷凍鶏ガラパック 水 カットピーマン千切り 黄パプリカ 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 水
秋のすまし汁	かつお薄削り(袋入) 水 若鶏もも皮つきこま切れ 大根 えのきたけバラ ちらしかまぼこ(いちょう) しょうゆ 食塩 酒 長ねぎ	きのこスープ	冷凍鶏ガラパック 水 玉ねぎ 人参 干しいたけスライス ぶなしめじバラ えのきたけバラ 木綿豆腐 食塩 しょうゆ 長ねぎ 小松菜	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	呉汁	かつお薄削り(袋入) 水 カットごぼうささがき 人参 大根 カットさといもいちょう切り 冷凍ゆで大豆 白みそ 赤みそ 長ねぎ	ほうれん草の梅肉和え	ほうれん草 緑豆もやし 人参 上白糖 梅肉 穀物酢 しょうゆ かつお薄削り
卵の花	米ぬか油 鶏ひき肉 人参 つきこんにやく黒 干しいたけスライス おから 水 かつお薄削り(袋入) 酒 上白糖 本みりん しょうゆ 長ねぎ	豆もやしの香味炒め	ごま油 にんにく 生姜 人参 緑豆もやし 大豆もやし 食塩 混合こしょう しょうゆ					ガーリックポテト	米ぬか油 にんにく ウインナー薄 じゃがいも 食塩 混合こしょう ガーリックパウダー パセリ(乾燥)

