

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年12月 1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	★さけのちゃんちゃん焼きだれ50/70	
		★さけ切身50/70
		★米ぬか油
		★米ぬか油
		★玉ねぎ
		★キャベツ
		★白みそ
		★上白糖
		★しょうゆ
		★本みりん
		★酒
		★水
		★でん粉
		★五目すまし汁
		★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
		★カットかぶくし切り
		★カットさといもいちょう切り
		★しょうゆ
		★食塩
		★酒
		★長ねぎ
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年12月 2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	★筑前煮	
		★米ぬか油
		★皮むき生姜ホール
		★若鶏もも皮つき角切り
		★若鶏むね皮つき角切り
		★人参
		★玉ねぎ
		★ちぎりこんにゃく黒
		★カットごぼう小口切り
		★カットれんこん乱切り
		★たけのこ水煮
		★干しいたけスライス
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★カットさといも乱切り
		★上白糖
		★食塩
		★しょうゆ
		★本みりん
		★酒
		★冷凍絹さや
		★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 3年12月 3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	★ホキの甘酢だれ40/60	
		★ホキ切身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
		★さつま汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★カットごぼうさがき
		★人参
		★大根
		★カットさつまいもいちよう切り
	★白みそ	
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年12月 6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	★ハンバーグトマトソース60/80		
		★ハンバーグ60/80	
		★米ぬか油	
		★米ぬか油	
		★皮むきにんにく	
		★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	
		★水	
		★でん粉	
		★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)		
	★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		

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年12月 7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	★ポトフ	
		★米ぬか油
		★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
		★バセリ(乾燥)
		★いんげんソテー
		★米ぬか油
		★バラベーコン短冊
		★玉ねぎ
		★人参
	★冷凍いんげん	
	★ホールコーン缶詰	
	★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 3年12月 8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	★みそ肉じゃが	
		★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
		★本みりん
		★赤みそ
		★しょうゆ
		★食塩
		★酒
		★冷凍絹さや
		★海藻とじゃこのサラダ
		★ごま油
		★ちりめんじゃこ
		★人参
		★キャベツ
		★海藻ミックス
		★カットわかめ
		★米ぬか油
		★穀物酢
		★食塩
	★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12月 9日(木)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ン 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	★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
		★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	
	★切干大根とベーコン炒め	
	★米ぬか油	
	★皮むきにんにく	
	★バラベーコン短冊	
	★切干大根	
	★人参	
	★玉ねぎ	
	★酒	
	★食塩	
	★黒こしょう	
	★しょうゆ	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年12月10日(金)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ツ 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		★チキカツ40/60	
			★若鶏もも皮なし切身40/60
			★でん粉
			★豆乳
			★水
			★米パン粉
			★米ぬか油
			★中濃ソース
			★野菜スープ
			★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
			★ホールコーン缶詰
			★キャベツ
			★食塩
			★混合こしょう
			★しょうゆ
		★ピッティパンナ(じゃがいもとソーセージ炒め)	
		★米ぬか油	
		★バラベーコン短冊	
		★ウインナー厚	
		★玉ねぎ	
		★じゃがいも	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★パセリ(乾燥)	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 3年12月13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		★麻婆豆腐(除去食)		
			★米ぬか油	
			★皮むきんにんにく	
			★皮むき生姜ホール	
			★豚ひき肉	
			★玉ねぎ	
			★人参	
			★干しいたけスライス	
			★たけのこ水煮	
			★鶏ガラスープ(顆粒)	
			★水	
			★上白糖	
			★食塩	
			★しょうゆ	
			★酒	
			★オイスターソース	
			★トウバンジャン	
			★赤みそ	
			★押し豆腐	
			★長ねぎ	
			★でん粉	
			★春雨とささみのサラダ	
				★きくらげ
			★鶏ささみフレーク	
			★緑豆もやし	
			★小松菜	
			★人参	
			★緑豆春雨	
			★米ぬか油	
			★穀物酢	
			★しょうゆ	
			★上白糖	
			★食塩	
			★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12月14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	★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	★さばのポン酢だれ50/70	
		★さば切身50/70
		★米ぬか油
		★本みりん
		★しょうゆ
		★穀物酢
		★レモン果汁
		★大根
		★水
		★でん粉
		★白菜のみそ汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★白菜
		★油揚げ
		★白みそ
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
	★こんにゃくサラダ	
	★緑豆もやし	
	★人参	
	★サラダこんにゃく	
	★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12月15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	★おでん	
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★大根
		★じゃがいも
		★結び昆布
		★三角こんにゃく黒
		★ミニ焼き竹輪
		★さつま揚げ(ボール)
		★あられはんぺん白
		★酒
		★上白糖
		★しょうゆ
		★食塩
		★本みりん
		★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 3年12月16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	★ひきずり(鶏肉のすき焼き風)(除去食)	
		★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
		★つきこんにゃく黒
		★焼き豆腐
		★酒
		★上白糖
		★しょうゆ
		★食塩
		★チンゲン菜の甘酢和え
		★緑豆もやし
		★人参
		★チンゲン菜
		★上白糖
		★しょうゆ
	★穀物酢	
	★食塩	
	★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12月17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		★冬野菜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
			★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
			★カットブロッコリー
		★カラフルサラダ	
			★きゅうり
			★カット赤パプリカ千切り
			★ホールコーン缶詰
			★キャベツ
			★米ぬか油
			★穀物酢
			★上白糖
			★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12月20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	★あじの竜田揚げ40/60	
		★あじ切身40/60
		★酒
		★しょうゆ
		★皮むき生姜ホール
		★でん粉
		★米ぬか油
		★具だくさんすまし汁
		★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
		★角こんにやく黒
		★ぶなしめじバラ
		★しょうゆ
	★食塩	
	★酒	
	★長ねぎ	
★キャベツとえのきのおひたし		★キャベツ
		★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 3年12月21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	★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	
		★ビーンズサラダ	
			★ホールコーン缶詰
			★人参
			★きゅうり
			★冷凍むき枝豆
			★冷凍ゆで大豆
			★米ぬか油
		★穀物酢	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★上白糖	
		★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12月22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		★さわらのゆずしょうゆだれ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	
			★ゆず果汁	
			★水	
			★でん粉	
			★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
		★かぼちゃのそぼろ煮		
			★米ぬか油	
			★皮むき生姜ホール	
			★鶏ひき肉	
			★玉ねぎ	
			★カットかぼちゃ角切り	
			★かつお薄削り(袋入)	
			★水	
			★酒	
			★上白糖	
			★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 3年12月23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	★鶏肉の香草焼き50/70	
		★若鶏もも皮つき切身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
	★かぶとウインナーのスープ	
		★水
		★ウインナー薄
		★人参
		★玉ねぎ
		★カットかぶくし切り
		★しょうゆ
		★食塩
		★混合こしょう
★かにかまサラダ(除去食)		
		★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
★クリスマスデザート		
		★米粉ケーキ