

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月 1日(火)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	生揚げと白菜のキムチ炒め	
		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
		キムチ
		白菜
		しょうゆ
		食塩
		上白糖
		酒
		赤みそ
		コチュジャン
		生揚げ
		にら
		長ねぎ
		でん粉
	華風和え	
		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

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月 2日(水)

普通食献立

	チ エ ッ ク		
	料理名	材料名	
昼主	食パン40/50/60/65		
		食パン40/50/60/65	
昼飲	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	コーンシチュー		
		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	
		冷凍鶏ガラパック	
		水	
		じゃがいも	
		マッシュルーム水煮スライス	
		ホールコーン缶詰	
		クリームコーン缶詰	
		食塩	
		混合こしょう	
		調理用牛乳	
		米ぬか油	
		バター	
		小麦粉	
		生クリーム	
		パセリ(乾燥)	
		コールスローサラダ	
		キャベツ	
		ホールコーン缶詰	
		カット赤パプリカ千切り	
		きゅうり	
		米ぬか油	
		穀物酢	
	食塩		
	混合こしょう		
	上白糖		
	玉ねぎ		
	マスタードパウダー		

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月 3日(木)

普通食献立

	チ エ ッ ク	
	料理名	材料名
昼主	菜飯65/75/85/95	菜飯65/75/85/95
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳
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
	節分汁	かつお薄削り(袋入)
		水
		人参
		大根
		干しいたけスライス
		いわしつみれ
		ちらしかまぼこ(鬼)
		食塩
		しょうゆ
		本みりん
		長ねぎ
五目豆煮	米ぬか油	
	皮むき生姜ホール	
	若鶏もも皮つき角切り	
	角こんにゃく黒	
	カットごぼう小口切り	
	人参	
	かつお薄削り(袋入)	
	水	
	冷凍ゆで大豆	
	上白糖	
	しょうゆ	
	本みりん	
	酒	
食塩		

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月 4日(金)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
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(揚げ油)
		小松菜のみそ汁
		かつお薄削り(袋入)
		水
		玉ねぎ
		木綿豆腐
		白みそ
		赤みそ
	小松菜	
いんげんのごま和え		人参
		冷凍いんげん
		緑豆もやし
		白すりごま
		白ねりごま
		しょうゆ
		上白糖
		食塩

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月 7日(月)

普通食献立

	チエック	材料名																									
昼主	料理名	麦ご飯65/75/85/95																									
		麦ご飯65/75/85/95																									
昼飲	飲用牛乳																										
		飲用牛乳																									
昼副	ポークカレー																										
		<table border="1"> <tr><td>米ぬか油</td></tr> <tr><td>皮むきにんにく</td></tr> <tr><td>皮むき生姜ホール</td></tr> <tr><td>豚かた角切り</td></tr> <tr><td>玉ねぎ</td></tr> <tr><td>人参</td></tr> <tr><td>じゃがいも</td></tr> <tr><td>冷凍鶏ガラパック</td></tr> <tr><td>水</td></tr> <tr><td>チリパウダー</td></tr> <tr><td>ガラムマサラ</td></tr> <tr><td>コリアンダー</td></tr> <tr><td>カレー粉</td></tr> <tr><td>中濃ソース</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td></tr> <tr><td>トマトケチャップ</td></tr> <tr><td>トマトピューレー</td></tr> <tr><td>上白糖</td></tr> <tr><td>食塩</td></tr> <tr><td>混合こしょう</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td></tr> <tr><td>米ぬか油</td></tr> <tr><td>バター</td></tr> <tr><td>小麦粉</td></tr> <tr><td>カレー粉</td></tr> <tr><td>シュレッドチーズ</td></tr> </table>	米ぬか油	皮むきにんにく	皮むき生姜ホール	豚かた角切り	玉ねぎ	人参	じゃがいも	冷凍鶏ガラパック	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	米ぬか油	バター	小麦粉	カレー粉
米ぬか油																											
皮むきにんにく																											
皮むき生姜ホール																											
豚かた角切り																											
玉ねぎ																											
人参																											
じゃがいも																											
冷凍鶏ガラパック																											
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																											
米ぬか油																											
バター																											
小麦粉																											
カレー粉																											
シュレッドチーズ																											
	こんにゃくと大根のサラダ																										
		<table border="1"> <tr><td>大根</td></tr> <tr><td>人参</td></tr> <tr><td>サラダこんにゃく</td></tr> <tr><td>カット黄パプリカ千切り</td></tr> <tr><td>小松菜</td></tr> <tr><td>米ぬか油</td></tr> <tr><td>穀物酢</td></tr> <tr><td>上白糖</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td></tr> <tr><td>食塩</td></tr> <tr><td>混合こしょう</td></tr> <tr><td>玉ねぎ</td></tr> </table>	大根	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													
大根																											
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																											
	せとか(柑橘)																										
		せとか																									

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月 8日(火)

普通食献立

	チエック	
	料理名	材料名
昼主	黒砂糖パン(食パン)40/50/60/65	黒砂糖パン(食パン)40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳
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
		冷凍レモン果汁
		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
		ジュリエンスープ
		米ぬか油
		バラベーコン短冊
		玉ねぎ
		人参
	冷凍鶏ガラパック	
	水	
	キャベツ	
	しょうゆ	
	食塩	
	混合こしょう	
ペンネアラビアータ		米ぬか油
		皮むきにんにく
		豚かたこま切れ
		人参
		玉ねぎ
		カットセロリ小口切り
		マッシュルーム水煮スライス
		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
		食塩
		混合こしょう
		チリパウダー
		ペンネ
	米ぬか油	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月 9日(水)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	親子煮	
		米ぬか油
		若鶏もも皮つきこま切れ
		人参
		玉ねぎ
		角こんにゃく黒
		かつお薄削り(袋入)
		水
		ぶなしめじバラ
		すき焼きふ
		上白糖
		しょうゆ
		食塩
		酒
		冷凍殺菌液卵
		冷凍絹さや
		大豆とじゃこの甘辛和え
		冷凍ゆで大豆
		でん粉
		カットさつまいも角切り
	米ぬか油(揚げ油)	
	ちりめんじゃこ	
	白いりごま	
	上白糖	
	酒	
	しょうゆ	
	本みりん	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月10日(木)

普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	さわらのねぎみそだれ50/70		
		さわら切身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	
	鶏ごぼうのすまし汁		米ぬか油
			若鶏もも皮なしこま切れ
		人参	
		カットごぼうささがき	
		大根	
		角こんにゃく黒	
		干しいたけスライス	
		かつお薄削り(袋入)	
		水	
		酒	
		食塩	
		しょうゆ	
		長ねぎ	
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	



# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月14日(月)

普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	塩肉じゃが		
		米ぬか油	
		豚かたこま切れ	
		人参	
		玉ねぎ	
		つきこんにゃく黒	
		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	
		冷凍絹さや	
	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	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月15日(火)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	さばのガーリック焼き50/70	
		さば切身50/70
		食塩
		混合こしょう
		白ワイン
		皮むきにんにく
		米ぬか油
		白菜ワンタンスープ
		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
		冷凍鶏ガラパック
		水
		白菜
		ワンタンの皮
	食塩	
	混合こしょう	
	酒	
	しょうゆ	
	チンゲン菜のオイスター炒め	
	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	
	チンゲン菜	
	食塩	
	混合こしょう	
	オイスターソース	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月16日(水)  
普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	鶏肉の香味だれ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	
		酒	
		しょうゆ	
		上白糖	
		本みりん	
		食塩	
		水	
		でん粉	
		めかぶと卵のスープ	
		米ぬか油	
		ポークハム短冊	
		冷凍鶏ガラパック	
		水	
		玉ねぎ	
	干しいたけスライス		
	しょうゆ		
	食塩		
	めかぶ		
	長ねぎ		
	冷凍殺菌液卵		
	キャベツのごまみそドレサダ		
	キャベツ		
	人参		
	カットわかめ		
	小松菜		
	赤みそ		
	上白糖		
	食塩		
	穀物酢		
	米ぬか油		
	ごま油		
	白ねりごま		

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月17日(木)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	あじフライ40/60	
		あじ切身40/60
		でん粉
		豆乳
		水
		米パン粉
		米ぬか油(揚げ油)
		中濃ソース
		水
		なめこのみそ汁
		かつお薄削り(袋入)
		水
		玉ねぎ
		大根
		なめこバラ
	白みそ	
	赤みそ	
	長ねぎ	
上州きんぴら		米ぬか油
		豚かた千切り
		カットごぼう千切り
		人参
		つきこんにやく黒
		上白糖
		しょうゆ
		本みりん
		七味唐辛子
		白いりごま
		ごま油

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月18日(金)  
普通食献立

	チ エ ッ ク															
	料理名	材料名														
昼主	ココアマーブル食パン40/50/60/65	ココアマーブル食パン40/50/60/65														
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳														
昼副	ポトフ	<table border="1"> <tr><td>米ぬか油</td></tr> <tr><td>カットセロリ小口切り</td></tr> <tr><td>豚かた角切り</td></tr> <tr><td>人参</td></tr> <tr><td>玉ねぎ</td></tr> <tr><td>冷凍鶏ガラパック</td></tr> <tr><td>水</td></tr> <tr><td>フランクフルト</td></tr> <tr><td>じゃがいも</td></tr> <tr><td>キャベツ</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td></tr> <tr><td>食塩</td></tr> <tr><td>混合こしょう</td></tr> <tr><td>パセリ(乾燥)</td></tr> </table>	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	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)
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																
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)																
	ほうれん草とコーンのソテー	<table border="1"> <tr><td>米ぬか油</td></tr> <tr><td>バラベーコン短冊</td></tr> <tr><td>玉ねぎ</td></tr> <tr><td>人参</td></tr> <tr><td>ホールコーン缶詰</td></tr> <tr><td>ほうれん草</td></tr> <tr><td>混合こしょう</td></tr> <tr><td>食塩</td></tr> </table>	米ぬか油	バラベーコン短冊	玉ねぎ	人参	ホールコーン缶詰	ほうれん草	混合こしょう	食塩						
米ぬか油																
バラベーコン短冊																
玉ねぎ																
人参																
ホールコーン缶詰																
ほうれん草																
混合こしょう																
食塩																

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月21日(月)

普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
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	
		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	
		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

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月22日(火)

普通食献立

	料理名	材料名
昼主	コーン食パン40/50/60/65	コーン食パン40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳
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
		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
		冷凍鶏ガラパック
		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)	
	カルボナーラポテト	
	米ぬか油	
	皮むきにんにく	
	バラベーコン短冊	
	じゃがいも	
	食塩	
	混合こしょう	
	生クリーム	
	粉チーズ	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月24日(木)

普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	すき焼き煮		
		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	
		すき焼きふ	
		焼き豆腐	
		酒	
		上白糖	
		しょうゆ	
		食塩	
		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	



# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月25日(金)

普通食献立

	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	飲用牛乳	
		飲用牛乳
昼副	鶏ソースカツ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(揚げ油)
		中濃ソース
		ウスターソース
		トマトケチャップ
		しょうゆ
		本みりん
		酒
		上白糖
		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
		角こんにゃく黒
		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	
	キャベツとじゃこのおかか和え	
	ごま油	
	ちりめんじゃこ	
	人参	
	キャベツ	
	小松菜	
	本みりん	
	しょうゆ	
	食塩	
	上白糖	
	かつお薄削り	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 4年 2月28日(月)

普通食献立

	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	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	タッカルビ丼		
		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	
		冷凍鶏ガラパック	
		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	
		テンメンジャン	
		しょうゆ	
		食塩	
		生揚げ	
		にら	
		でん粉	
		ごま油	
		ほうれん草のナムル	
			ほうれん草
			緑豆もやし
			人参
			しょうゆ
			食塩
		白いりごま	
		ごま油	