

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月 1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	生揚げのうま煮		
		米ぬか油	
		生姜	
		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	
		水	
		冷凍いんげん	
	小松菜ときのご炒め		米ぬか油
			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	
レモンアイス			
		レモンアイス	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月 2日(木)

普通食献立

	チ エ ツ ク		
	料理名	材料名	
昼主	黒砂糖パン(渦巻)40/50/60/65		
		黒砂糖パン(渦巻)40/50/60/65	
昼飲	飲用牛乳		
		飲用牛乳	
昼副	マカロニのクリームシチュー		
		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	
		マッシュルーム水煮スライス	
		マカロニ	
		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	
		冷凍グリーンピース	
		枝豆とキャベツのサラダ	
		キャベツ	
		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		

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月 3日(金)

普通食献立

	料理名	材料名		
昼主	ゆかりご飯65/75/85/95	チエック		
		ゆかりご飯65/75/85/95		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
		飲用牛乳		
昼副	ぶりの照り焼きだれ50/70	ぶり切身50/70		
		米ぬか油		
		上白糖		
		しょうゆ		
		酒		
		本みりん		
		水		
		でん粉		
		水		
		ひな祭り汁	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	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		
		桜もち	桜もち	桜もち
桜もち				

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月 6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	がめ煮		
		米ぬか油	
		生姜	
		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	
		ちぎりこんにやく黒	
		カットごぼう小口切り	
		カットれんこん厚いちょう切り	
		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	
		冷凍いんげん	
	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		
おかかふりかけ			
		おかかふりかけ	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月 7日(火)

普通食献立

	チ エ ツ 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	鶏肉の米粉から揚げ40/60	
		若鶏もも皮なし切身40/60
		酒
		しょうゆ
		にんにく
		生姜
		米粉
		でん粉
		米ぬか油(揚げ油)
		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	
	冷凍レモン果汁	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月 8日(水)  
普通食献立

	料理名	材料名		
昼主	ご飯60/70/80/90	チエツク		
		白飯60/70/80/90		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
		飲用牛乳		
昼副	豚肉と玉ねぎの卵とじ	米ぬか油		
		豚かたこま切れ		
		人参		
		玉ねぎ		
		すき焼きふ		
		角こんにやく黒		
		かつお薄削り(袋入)		
		水		
		上白糖		
		しょうゆ		
		食塩		
		酒		
		冷凍殺菌液卵		
		冷凍いんげん		
		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 5年 3月 9日(木)  
普通食献立

	チ エ ツ 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	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

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月10日(金)

普通食献立

	チエック	
	料理名	材料名
昼主	ミルクパン(渦巻)40/50/60/65	
		ミルクパン(渦巻)40/50/60/65
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
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
		にんにく
		玉ねぎ
		穀物酢
		しょうゆ
		米ぬか油
		麦と野菜のスープ
		米ぬか油
		バラバーコン短冊
		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)	
	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	
	冷凍ホールコーン	
	冷凍グリーンピース	
	食塩	
	混合こしょう	



# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月13日(月)

普通食献立

	チ エ ツ 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	豚カツ50/70	
		豚ヒレ切身50/70
		でん粉
		豆乳
		水
		米パン粉
		米ぬか油(揚げ油)
		中濃ソース
		水
		ピリ辛スープ
		米ぬか油
		にんにく
		豚かた千切り
		玉ねぎ
		人参
		冷凍鶏ガラパック
		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	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月14日(火)

普通食献立

	チ エ ツ ク	
	料理名	材料名
昼主	赤飯65/75/85/95	
		赤飯65/75/85/95
昼飲	飲用牛乳	
		飲用牛乳
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
		水
		豚汁
		米ぬか油
		豚かたこま切れ
		人参
		角こんにゃく黒
	カットごぼうささがき	
	かつお薄削り(袋入)	
	水	
	大根	
	木綿豆腐	
	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	
	お祝いデザート	
	米粉ケーキ	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月15日(水)

普通食献立

	料理名	材料名		
昼主	麦ご飯65/75/85/95	チエック		
		麦ご飯65/75/85/95		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
		飲用牛乳		
昼副	じゃがいものキーマカレー	米ぬか油		
		にんにく		
		生姜		
		豚ひき肉		
		玉ねぎ		
		人参		
		じゃがいも		
		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		
		フレンチサラダ		冷凍ホールコーン
				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				

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月16日(木)  
普通食献立

	チエック	料理名	材料名	
昼主		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	
昼飲		飲用牛乳		
			飲用牛乳	
昼副		鶏肉のトマト煮		
			オリーブ油	
			にんにく	
			若鶏もも皮つき角切り	
			バラベーコン短冊	
			カットセロリ小口切り	
			玉ねぎ	
			人参	
			冷凍鶏ガラパック	
			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	
			水	
			ツナサンの具	
				米ぬか油
				玉ねぎ
				ツナ油漬フレークライト
				キャベツ
			冷凍ホールコーン	
			食塩	
			混合こしょう	
		清見オレンジ(柑橘)		
			清見オレンジ	
		ボトルノンエッグマヨネーズ		
			ボトルノンエッグマヨネーズ	

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月17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	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
		水
		かきたま汁
		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	
	でん粉	
	水	
	冷凍殺菌液卵	
	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

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月20日(月)

普通食献立

	料理名	材料名		
昼主	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
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(揚げ油)		
		中濃ソース		
		水		
		けんちん汁		かつお薄削り(袋入)
				水
				人参
				カットごぼうささがき
				角こんにゃく黒
				大根
				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		

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月22日(水)

普通食献立

	料理名	材料名		
昼主	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90		
昼飲	飲用牛乳	飲用牛乳		
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		
		水		
		ミネストローネ		米ぬか油
				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
				冷凍鶏ガラパック
				水
ダイスカットトマト缶詰				
シエルマカロニ				
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				
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		
		冷凍ホールコーン		
		小松菜		
		食塩		
		混合こしょう		

# 普通食アレルギー詳細献立表

令和 5年 3月23日(木)

普通食献立

	チ エ ツ 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	焼き豆腐のみそそぼろ煮		
		米ぬか油	
		生姜	
		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	
		水	
		もやしのオイスター炒め	
			米ぬか油
			バラバーコン短冊
			にんにく
			生姜
			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	