

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6月 1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	★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
		★にんにく
		★生姜
		★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
		★こんにゃくと大根のサラダ
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6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	★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	
		★水	
		★鶏肉とかぶのすまし汁	
			★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
			★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 4年 6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	★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	★ハンバーグデミグラスソース60/80(除去食)	
		★ハンバーグ60/80
		★米ぬか油
		★上白糖
		★食塩
		★しょうゆ
		★水
		★でん粉
		★水
	★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
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★キャベツ
		★しょうゆ
		★食塩
		★混合こしょう
	★マスタードポテト	
		★米ぬか油
		★ウインナー厚
		★じゃがいも
		★食塩
		★混合こしょう
		★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 4年 6月 6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	★ほっけの竜田揚げ40/60	
		★ほっけ切身40/60
		★酒
		★しょうゆ
		★生姜
		★でん粉
		★米ぬか油
		★なめこのみそ汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★玉ねぎ
		★大根
		★なめこバラ
		★白みそ
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
★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 4年 6月 7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	★麻婆豆腐(除去食)	
		★米ぬか油
		★にんにく
		★生姜
		★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
		★水
		★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
		★にんにく
		★生姜
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6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	★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	★揚げししやも(2本)	
		★子持ちししやも
		★でん粉
		★米ぬか油
	★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
	★豚肉のみそ炒め	
	★米ぬか油	
	★生姜	
	★にんにく	
	★豚かたこま切れ	
	★玉ねぎ	
	★人参	
	★緑豆もやし	
	★冷凍いんげん	
	★赤みそ	
	★しょうゆ	
	★本みりん	
	★上白糖	
	★酒	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6月 9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	★ウインナートマトソース40/50	
		★ロングウインナー40/50
		★米ぬか油
		★米ぬか油
		★にんにく
		★カットセロリ小口切り
		★玉ねぎ
		★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
		★赤ワイン
		★上白糖
	★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)
	★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
		★冷凍ホールコーン
		★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 4年 6月10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	★さわらの梅おろしだれ50/70	
		★さわら切身50/70
		★米ぬか油
		★しょうゆ
		★本みりん
		★水
		★大根
		★梅肉
		★でん粉
		★水
		★油揚げのみそ汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★大根
		★木綿豆腐
	★油揚げ	
	★白みそ	
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
	★ほうれん草とえのきのおひたし	
	★ほうれん草	
	★緑豆もやし	
	★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 4年 6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	★鶏肉の照り焼きだれ50/70	
		★若鶏もも皮つき切身50/70
		★米ぬか油
		★上白糖
		★しょうゆ
		★酒
		★本みりん
		★水
		★でん粉
		★水
		★いわしつみれのすまし汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
	★大根	
	★角こんにやく黒	
	★いわしつみれ	
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★本みりん	
	★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 6月14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	★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
	★春雨サラダ	
		★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 6月15日(水)
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		★さばの塩焼き50/70	
			★さば切身50/70
			★食塩
			★米ぬか油
		★鶏汁	
			★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
			★角こんにゃく黒
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★焼き豆腐
		★酒	
		★食塩	
		★しょうゆ	
		★長ねぎ	
		★大豆と野菜の炒め煮	
			★米ぬか油
			★人参
			★大根
			★干しいたけスライス
			★油揚げ
			★焼き竹輪
			★冷凍ゆで大豆
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★上白糖
			★本みりん
			★酒
			★しょうゆ
			★食塩

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6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	★菜飯65/75/85/95		
		★菜飯65/75/85/95	
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	
		★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	
		★にらともやし炒め	
			★米ぬか油
		★人参	
		★ぶなしめじバラ	
		★緑豆もやし	
		★にら	
		★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 4年 6月17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	★ホキのサルサソース40/60		
		★ホキ切身40/60	
		★でん粉	
		★米ぬか油	
		★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	
	★コーンクリームスープ(除去食)		★米ぬか油
			★バラベーコン短冊
			★玉ねぎ
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★じゃがいも	
		★冷凍ホールコーン	
		★クリームコーン缶詰	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★パセリ(乾燥)	
★キャベツとパプリカのソテー			★米ぬか油
		★玉ねぎ	
		★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	
		★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 6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	★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
		★小松菜のじゃこおろし和え
		★ごま油
		★ちりめんじゃこ
		★小松菜
		★緑豆もやし
		★人参
		★大根
		★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 4年 6月21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	★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
		★春雨と肉団子のスープ
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★肉団子
		★人参
		★玉ねぎ
		★キャベツ
		★緑豆春雨
		★食塩
		★混合こしょう
		★しょうゆ
		★海藻サラダ
		★玉ねぎ
	★人参	
	★海藻ミックス	
	★緑豆もやし	
	★冷凍ホールコーン	
	★食塩	
	★混合こしょう	
	★しょうゆ	
	★米ぬか油	
	★穀物酢	
	★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 6月22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	★ハヤシライス(除去食)		
		★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	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★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	
		★上白糖	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★冷凍グリーンピース	
	★かにかまと大根のサラダ(除去食)		★大根
			★冷凍ホールコーン
		★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	
★メロン			
		★メロン	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6月23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	★あじのごまみそだれ50/70	
		★あじ切身50/70
		★米ぬか油
		★赤みそ
		★白すりごま
		★白ねりごま
		★上白糖
		★本みりん
		★しょうゆ
		★水
		★鶏さつま汁
		★米ぬか油
		★若鶏もも皮つきこま切れ
		★カットごぼうさがき
		★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	
	★白みそ	
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
	★小松菜のおかか和え	
	★人参	
	★小松菜	
	★キャベツ	
	★酒	
	★本みりん	
	★しょうゆ	
	★食塩	
	★上白糖	
	★かつお薄削り	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6月24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	★トマトシチュー(除去食)	★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	
		★若鶏もも皮つきこま切れ	
		★玉ねぎ	
		★人参	
		★マッシュルーム水煮スライス	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★じゃがいも	
		★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	
		★パセリ(乾燥)	
			★ほうれん草ソテー
			★米ぬか油
			★バラベーコン短冊
			★玉ねぎ
			★カット赤パプリカ千切り
			★冷凍ホールコーン
			★ほうれん草
	★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 6月27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	★凍り豆腐の卵とじ(除去食)	
		★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
		★上白糖
		★しょうゆ
		★食塩
		★酒
		★干しいたけスライス
		★凍り豆腐(さいの目)
		★冷凍グリーンピース
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6月28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	★とうもろこしご飯65/75/85/95	
		★とうもろこしご飯65/75/85/95
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
		★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
		★夏野菜スープ
		★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
	★キャベツ	
	★ズッキーニ	
	★しょうゆ	
	★食塩	
	★混合こしょう	
	★大豆とウインナーのトマト煮	
	★米ぬか油	
	★にんにく	
	★カットセロリ小口切り	
	★ウインナー厚	
	★冷凍ゆで大豆	
	★玉ねぎ	
	★人参	
	★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	
	★食塩	
	★混合こしょう	
	★米粉	
	★水	
	★冷凍グリーンピース	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6月29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
		★水
		★とうがんのすまし汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★木綿豆腐
		★えのきたけバラ
		★カットとうがん角切り
		★食塩
	★しょうゆ	
	★長ねぎ	
	★でん粉	
	★水	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 6月30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	★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
		★ワントンスープ(除去食)
		★米ぬか油
		★生姜
		★にんにく
		★若鶏もも皮つきこま切れ
		★人参
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★たけのこ水煮
		★食塩
		★混合こしょう
		★しょうゆ
	★小松菜	
	★キャベツの甘酢和え	
	★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	