

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月 1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		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月 2日(水)
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	★コーンシチュー(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
		★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
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月 3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	★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

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月 4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		★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
			★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月 7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	★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	★ポークカレー(除去食)	
		★米ぬか油
		★皮むきんにんく
		★皮むき生姜ホール
		★豚かた角切り
		★玉ねぎ
		★人参
		★じゃがいも
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★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
		★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	
	★せとか(柑橘)	
	★せとか	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月 8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	★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
		★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	
★ペンネアラビアータ(除去食)		★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

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月 9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	★親子煮(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
		★ぶなしめじバラ
		★上白糖
		★しょうゆ
		★食塩
		★酒
		★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
		★ちりめんじゃこ
	★白いりごま	
	★上白糖	
	★酒	
	★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 4年 2月10日(木)
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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月14日(月)
食物アレルギー対応食献立

	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	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月15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	★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(除去食)
		★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
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
	★白菜	
	★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

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月16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	★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(除去食)
		★米ぬか油
		★ポークハム短冊
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★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	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月17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
		★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
		★つきこんにゃく黒
		★上白糖
		★しょうゆ
		★本みりん
		★七味唐辛子
		★白いりごま
		★ごま油

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月18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)	チエック	
		★米粉パン	
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	チエック	
		★飲用調製豆乳	
昼副	★ポトフ	チエック	
		★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	
		★パセリ(乾燥)	
		★ほうれん草とコーンのソテー	チエック
			★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			

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月21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	★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	
	★つきこんにゃく黒	
	★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 2月22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	★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	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★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(除去食)		
	★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		

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月24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		★すき焼き煮(除去食)		
			★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	
			★つきこんにゃく黒	
			★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月25日(金)
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
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 2月28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	★タッカルビ丼(除去食)		
		★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	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★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	
		★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	