

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 1月10日(火)  
食物アレルギー対応食献立

	料理名	チエック 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	★肉団子(4コ/6コ)(代替食)	
		★肉団子
	★中華丼(除去食)	
		★米ぬか油
		★生姜
		★にんにく
		★豚かたこま切れ
		★玉ねぎ
		★人参
		★たけのこ水煮
		★白菜
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★いか短冊
		★なると
		★オイスターソース
		★食塩
		★混合こしょう
		★上白糖
		★酒
		★しょうゆ
		★でん粉
		★水
	★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 5年 1月11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	★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
		★もち入り雑煮
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★若鶏もも皮つきこま切れ
		★人参
		★大根
		★角こんにやく黒
	★冷凍煮込みもち	
	★本みりん	
	★しょうゆ	
	★食塩	
	★小松菜	
	★キャベツの塩昆布和え(除去食)	
	★キャベツ	
	★緑豆もやし	
	★人参	
	★食塩	
	★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 5年 1月12日(木)  
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	★冬野菜のスープ煮		
		★米ぬか油	
		★カットセロリ小口切り	
		★豚かた角切り	
		★玉ねぎ	
		★人参	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★ミニウインナー	
		★じゃがいも	
		★キャベツ	
		★カットブロッコリー	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★コーンソテー	
		★米ぬか油	
		★バラベーコン短冊	
		★人参	
		★玉ねぎ	
	★エリンギ短冊		
	★冷凍ホールコーン		
	★食塩		
	★混合こしょう		
	★米粉タルト		
		★米粉タルト	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 1月13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	★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
		★中濃ソース
		★水
		★めかぶと卵のスープ(除去食)
		★米ぬか油
		★ボークハム短冊
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★人参
		★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ラダ		★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 5年 1月16日(月)  
食物アレルギー対応食献立

	料理名	材料名	
昼主	★麦ご飯65/75/85/95	チエツク	
		★麦ご飯65/75/85/95	
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳	
昼副	★チキンカレー(除去食)	★米ぬか油	
		★にんにく	
		★生姜	
		★若鶏もも皮つきこま切れ	
		★玉ねぎ	
		★人参	
		★じゃがいも	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★水	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★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	
		★しょうゆ	
		★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 5年 1月17日 (火)  
食物アレルギー対応食献立

	料理名	チエツク 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
		★さつまいもの豚汁
		★米ぬか油
		★豚かたこま切れ
		★人参
		★角こんにゃく黒
		★干しいたけスライス
		★カットごぼうさがき
		★かつお薄削り(袋入)
	★水	
	★油揚げ	
	★カットさつまいもちょう切り	
	★白みそ	
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
★白菜の煮びたし		★人参
		★白菜
		★緑豆もやし
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★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 5年 1月18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	★肉豆腐(除去食)	
		★米ぬか油
		★生姜
		★豚かたこま切れ
		★人参
		★玉ねぎ
		★つきこんにゃく黒
		★長ねぎ
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★上白糖
		★酒
		★しょうゆ
		★本みりん
		★食塩
		★押し豆腐
		★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	
	★おにかかふりかけ(代替食)	
	★おにかかふりかけ	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 1月19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	★白菜と肉団子のスープ	
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★肉団子
		★人参
		★玉ねぎ
		★きくらげ
		★白菜
		★食塩
		★混合こしょう
		★しょうゆ
		★ビビンバ(除去食)
		★米ぬか油
		★にんにく
		★生姜
		★豚かた千切り
		★人参
		★大豆もやし
		★緑豆もやし
		★小松菜
	★上白糖	
	★しょうゆ	
	★酒	
	★本みりん	
	★赤みそ	
	★トウバンジャン	
	★コチュジャン	
	★白いりごま	
	★ごま油	
	★でこぼん(柑橘)	
	★でこぼん	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 1月20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	★ほうれん草シチュー(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
		★ほうれん草
		★カラフルソテー
		★米ぬか油
		★玉ねぎ
		★キャベツ
		★冷凍ホールコーン
		★カット赤パプリカ千切り
		★食塩
	★混合こしょう	
	★いちごジャム	
	★いちごジャム	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 1月23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	★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
		★中華風野菜スープ
		★米ぬか油
		★生姜
		★若鶏もも皮なしこま切れ
		★人参
		★鶏ガラスープ(顆粒)
	★水	
	★たけのこ水煮	
	★きくらげ	
	★木綿豆腐	
	★食塩	
	★混合こしょう	
	★しょうゆ	
	★オイスターソース	
	★酒	
	★にら	
	★長ねぎ	
	★でん粉	
	★水	
	★豚肉とチンゲン菜炒め	
	★米ぬか油	
	★生姜	
	★豚ばらこま切れ	
	★チンゲン菜	
	★緑豆もやし	
	★カット赤パプリカ千切り	
	★食塩	
	★しょうゆ	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 1月24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	★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
		★冷凍いんげん
		★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 5年 1月25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	★くじらのケチャップソース(計量配缶)	
		★くじら角切り
		★酒
		★にんにく
		★生姜
		★食塩
		★でん粉
		★米ぬか油
		★水
		★トマトケチャップ
		★ウスターソース
		★白みそ
		★赤みそ
		★上白糖
		★しょうゆ
		★でん粉
		★水
		★根菜汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★カットごぼうさがき
		★大根
		★カットさといもいちょう切り
		★白みそ
		★赤みそ
		★長ねぎ
	★キャベツときのご炒め	
	★米ぬか油	
	★キャベツ	
	★人参	
	★ぶなしめじバラ	
	★エリンギ短冊	
	★冷凍ホールコーン	
	★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 5年 1月26日(木)  
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	チエツク
		★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	★さわらのごまみそだれ50/70	★さわら切身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
★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
		★水
★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 5年 1月27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	★チリンドロン(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	
		★鶏ガラスープ(顆粒)	
		★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	
	★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	
★ぼんかん(柑橘)			
		★ぼんかん	

# 家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 1月30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		★ハンバーグ照り焼きソース60/80(代替食)		
			★ハンバーグ60/80	
			★米ぬか油	
			★上白糖	
			★しょうゆ	
			★酒	
			★本みりん	
			★水	
			★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
			★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 5年 1月31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	★さばのおろしだれ50/70	
		★さば切身50/70
		★米ぬか油
		★しょうゆ
		★本みりん
		★上白糖
		★水
		★大根
		★でん粉
		★水
		★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	
★きんぴらごぼう		★米ぬか油
		★カットごぼう千切り
		★カットれんこんいちょう切り
		★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
		★冷凍いんげん
		★白いりごま
	★ごま油	