

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月 1日(木)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ン ク	料理名	材料名	
昼主		★ゆかりご飯65/75/85/95		
			★ゆかりご飯65/75/85/95	
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	
			★ほうれん草のじゃこ和え	
				★ごま油
				★ちりめんじゃこ
				★人参
				★緑豆もやし
				★ほうれん草
				★酒
			★本みりん	
			★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 9月 2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		★豆と豚肉の煮込み(除去食)	
			★米ぬか油
			★にんにく
			★豚かた角切り
			★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
			★ウインナー厚
			★冷凍白いんげん豆
			★冷凍金時豆
			★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
			★食塩
			★混合こしょう
			★冷凍むき枝豆
	★コールスローサラダ		
			★冷凍ホールコーン
			★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	
★稲城市産高尾ぶどう(2コ/2コ)			
			★稲城市産高尾ぶどう

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月 5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	★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
		★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
		★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
		★春雨とささみのサラダ
		★きくらげ
		★鶏ささみフレーク
		★緑豆もやし
		★小松菜
	★人参	
	★緑豆春雨	
	★米ぬか油	
	★穀物酢	
	★しょうゆ	
	★上白糖	
	★食塩	
	★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 9月 6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		★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	
			★冷凍グリーンピース	
			★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 9月 7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	★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	★フライドポテト(計量配缶)	
		★フライドポテト
		★米ぬか油
		★食塩
		★混合こしょう
		★青のり
		★肉団子のトマト煮
		★米ぬか油
		★にんにく
		★カットセロリ小口切り
		★玉ねぎ
		★人参
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★肉団子
		★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	
	★カラフルサラダ	
	★きゅうり	
	★カット赤パプリカ千切り	
	★冷凍ホールコーン	
	★キャベツ	
	★米ぬか油	
	★穀物酢	
	★上白糖	
	★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 9月 8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
		★菊花汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
	★木綿豆腐	
	★たけのこ水煮	
	★菊のり	
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★酒	
	★本みりん	
	★ほうれん草	
★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

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月 9日(金)
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		★焼きししやも(2本)	
			★子持ちししやも
			★酒
			★生姜
			★米ぬか油
			★お月見汁
			★かつお薄削り(袋入)
			★水
			★若鶏もも皮なしこま切れ
			★人参
			★玉ねぎ
			★えのきたけバラ
			★ちらしかまぼこ(月見)
			★しょうゆ
			★食塩
		★酒	
		★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
		★お月見ゼリー	
			★お月見ゼリー

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月12日(月)
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		★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
			★華風和え
			★人参
			★きゅうり
			★緑豆もやし
			★緑豆春雨
			★生姜
			★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 9月13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
		★海鮮野菜スープ(除去食)
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★玉ねぎ
		★人参
		★干しいたけスライス
		★いか短冊
		★しょうゆ
		★オイスターソース
		★食塩
		★混合こしょう
		★でん粉
	★水	
	★小松菜	
	★切干大根とベーコン炒め	
	★米ぬか油	
	★にんにく	
	★バラベーコン短冊	
	★切干大根	
	★人参	
	★玉ねぎ	
	★酒	
	★食塩	
	★黒こしょう	
	★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 9月14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	★いわしのかば焼きだれ40/50	
		★いわし開き40/50
		★でん粉
		★米ぬか油
		★上白糖
		★酒
		★本みりん
		★しょうゆ
		★水
		★でん粉
		★水
		★鶏ごぼう汁
		★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	
	★角こんにやく黒	
	★かつお薄削り(袋入)	
	★水	
	★大根	
	★干しいたけスライス	
	★白みそ	
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
	★白菜としめじの煮びたし	
	★人参	
	★白菜	
	★ぶなしめじバラ	
	★かつお薄削り(袋入)	
	★水	
	★しょうゆ	
	★本みりん	
	★酒	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月15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	★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
		★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
		★水
★コンソメスープ		★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
★さつまいもサラダ(ボトルノンエッグマヨネーズ)		★玉ねぎ
		★人参
		★冷凍ホールコーン
		★カットさつまいも角切り
		★きゅうり
		★食塩
		★混合こしょう
		★ボトルノンエッグマヨネーズ

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月16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	★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	★豚肉と玉ねぎの卵とじ(除去食)	
		★米ぬか油
		★豚かたこま切れ
		★人参
		★玉ねぎ
		★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
		★冷凍いんげん
		★もやしとれんこんの梅肉和え
		★人参
		★カットれんこんちょう切り
		★緑豆もやし
		★食塩
		★梅肉
		★穀物酢
	★上白糖	
	★しょうゆ	
	★かつお薄削り	
	★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 9月20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	★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
	★玉ねぎのみそ汁	
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★玉ねぎ
		★えのきたけバラ
		★白みそ
		★赤みそ
★ささみと野菜のごま炒め		★米ぬか油
		★鶏ささみフレーク
		★人参
		★大根
		★焼き竹輪
		★カットピーマン千切り
		★酒
		★本みりん
		★上白糖
		★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 9月21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	★さつまいもご飯65/75/85/95	
		★さつまいもご飯65/75/85/95
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
	★かにかまサラダ(除去食)	
		★キャベツ
		★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

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月22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	★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	★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
		★人参とツナのサラダ
		★人参
		★緑豆もやし
		★ツナ油漬フレークライト
		★小松菜
		★穀物酢
		★米ぬか油
		★食塩
		★上白糖
		★玉ねぎ
		★稲城市産新高梨
	★稲城市産新高梨	
	★食塩	
	★水	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月26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
		★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
		★さつま汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★カットごぼうささがき
		★人参
	★大根	
	★カットさつまいもちょう切り	
	★白みそ	
	★赤みそ	
	★長ねぎ	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月27日(火)
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	★鶏肉のバーベキューソース50/70	★若鶏もも皮つき切身50/70
		★米ぬか油
		★米ぬか油
		★生姜
		★にんにく
		★カットセロリ小口切り
		★しょうゆ
		★赤ワイン
		★上白糖
		★ウスターソース
		★水
		★でん粉
		★水
		★マカロニとウインナーのスープ(除去食)
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★ウインナー薄
		★人参
		★玉ねぎ
		★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)	
	★キャベツソテー	
	★米ぬか油	
	★ツナ油漬フレークライト	
	★玉ねぎ	
	★キャベツ	
	★カット赤パプリカ千切り	
	★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 4年 9月28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	★タッカルビ丼(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	
		★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	
		★水	
		★ごま油	
		★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 4年 9月29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
		★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
		★大根の辛味炒め
		★米ぬか油
	★トウバンジャン	
	★生姜	
	★にんにく	
	★豚かた千切り	
	★人参	
	★大根	
	★上白糖	
	★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 9月30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	★きのこシチュー(除去食)	チエック	
		★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	
		★カットさつまいもいちょう切り	
		★マッシュルーム水煮スライス	
		★エリンギ短冊	
		★ぶなしめじバラ	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★パセリ(乾燥)	
		★ビーンズサラダ	チエック
		★冷凍ホールコーン	
		★人参	
		★きゅうり	
		★冷凍むき枝豆	
★冷凍ゆで大豆			
★米ぬか油			
★穀物酢			
★食塩			
★混合こしょう			
★上白糖			
★玉ねぎ			