

1月普通食アレルギー詳細献立表

令和 7年 1月 9日(木) 普通食献立		令和 7年 1月10日(金) 普通食献立	
料理名	材料名	料理名	材料名
麦ご飯65/75/85/95	麦ご飯65/75/85/95	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90
飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳
チキンカレー	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 冷凍鶏ガラパック 水 食塩 混合こしょう チリパウダー ガラマサラ 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 米ぬか油 バター 小麦粉 カレー粉 シュレッドチーズ	さわらの西京みそだれ50/70 さわら切身50/70 米ぬか油 西京みそ 上白糖 本みりん しょうゆ 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 角こんにゃく黒 冷凍煮込みもち 本みりん しょうゆ 食塩 小松菜	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
海藻ともやしのじゃこサラダ	ごま油 ちりめんじゃこ 人参 緑豆もやし 海藻ミックス カットわかめ 米ぬか油 穀物酢 食塩 上白糖 しょうゆ 玉ねぎ		
ぼんかん(柑橘)	ぼんかん		



1月普通食アレルギー詳細献立表

令和 7年 1月20日(月) 普通食献立		令和 7年 1月21日(火) 普通食献立		令和 7年 1月22日(水) 普通食献立		令和 7年 1月23日(木) 普通食献立		令和 7年 1月24日(金) 普通食献立	
料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名
わかめご飯65/75/85/95	わかめご飯65/75/85/95	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	麦ご飯65/75/85/95	麦ご飯65/75/85/95	ミルクパン(食パン)40/50/60/65	ミルクパン(食パン)40/50/60/65	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90
飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳
肉じゃが	米ぬか油 豚かたこま切れ 人参 玉ねぎ つきこんにゃく黒 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	ホキの中華甘酢だれ40/60 ホキ切身40/60 でん粉 米ぬか油(揚げ油) 米ぬか油 にんにく 生姜 トウバンジャン 玉ねぎ 上白糖 穀物酢 しょうゆ 水 でん粉 水	焼き豆腐のみそそばろ煮 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 食塩 焼き豆腐 長ねぎ 冷凍グリーンピース でん粉 水	ほうれん草シチュー 米ぬか油 若鶏もも皮つき角切り 玉ねぎ 人参 冷凍鶏ガラパック 水 じゃがいも マッシュルーム水煮スライス 調理用牛乳 食塩 混合こしょう バター 米ぬか油 小麦粉 ほうれん草 生クリーム	くじらのケチャップソース(計量配缶) くじら角切り 酒 食塩 でん粉 米ぬか油(揚げ油) にんにく 生姜 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 水 でん粉 水				
キャベツの梅肉和え	キャベツ 緑豆もやし 人参 ほうれん草 食塩 上白糖 梅肉 穀物酢 しょうゆ かつお薄削り	白菜と春雨のスープ 米ぬか油 生姜 豚かたこま切れ 玉ねぎ 人参 冷凍鶏ガラパック 水 白菜 緑豆春雨 食塩 混合こしょう 酒 しょうゆ にら	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	ビーンズサラダ 冷凍ホールコーン 人参 きゅうり 冷凍ひき枝豆 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	根菜汁 米ぬか油 若鶏もも皮つき角切り 人参 カットごぼうささがき かつお薄削り(袋入) 水 大根 酒 食塩 しょうゆ 長ねぎ				
		根菜のごまみそ炒め 米ぬか油 豚かたこま切れ カットごぼうささがき 人参 カットれんこんいちょう切り 冷凍いんげん かつお薄削り(袋入) 水 白みそ 上白糖 しょうゆ 白いりごま 白すりごま ごま油			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				

1月普通食アレルギー詳細献立表

令和 7年 1月27日(月) 普通食献立		令和 7年 1月28日(火) 普通食献立		令和 7年 1月29日(水) 普通食献立		令和 7年 1月30日(木) 普通食献立		令和 7年 1月31日(金) 普通食献立	
料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名
ゆでスパゲティ140/160/180	ゆでスパゲティ140/160/180	菜飯65/75/85/95	菜飯65/75/85/95	麦ご飯65/75/85/95	麦ご飯65/75/85/95	ココアマーブル食パン40/50/60/65	ココアマーブル食パン40/50/60/65	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90
飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳
ミニ揚げパン(丸パン)25	乳卵不使用パン(丸)25 米ぬか油(揚げ油) グラニュー糖 食塩	さけの塩焼き50/70	さけ切身50/70 食塩 米ぬか油	柳川井	米ぬか油 豚かたこま切れ 玉ねぎ 人参 カットごぼうささがき かつお薄削り(袋入) 水 干しいたけスライス 角こんにゃく黒 上白糖 本みりん しょうゆ 酒 食塩 冷凍殺菌液卵 冷凍いんげん	ブーティン(ｶﾀﾞ 風ﾌﾗｲﾄﾞ ｷﾞﾀﾞ) (計量配缶)	フライドポテト 米ぬか油(揚げ油) ウスターソース トマトケチャップ バター 水	生揚げと白菜のキムチ炒め	米ぬか油 生姜 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 水
ミートソース	米ぬか油 豚ひき肉 セロリ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム水煮スライス 水 トマトケチャップ トマトピューレー 中濃ソース 赤ワイン 食塩 混合こしょう 米粉 水	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 カットごぼうささがき かつお薄削り(袋入) 水 木綿豆腐 カットさつまいもいちょう切り 白みそ 赤みそ 長ねぎ	小松菜のごま和え	小松菜 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	肉団子とかぶのスープ	冷凍鶏ガラパック 水 玉ねぎ 人参 肉団子 カットかぶくし切り 食塩 混合こしょう しょうゆ パセリ(乾燥)	いんげんのナムル	緑豆もやし 人参 冷凍いんげん しょうゆ 食塩 白すりごま ごま油
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 赤パプリカ 食塩 混合こしょう	白菜のおひたし	人参 緑豆もやし 白菜 上白糖 食塩 しょうゆ レモン果汁			キャベツとコーンのサラダ	冷凍ホールコーン キャベツ 人参 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		