

1月食物アレルギー対応食詳細献立表

令和 7年 1月14日(火) 食物アレルギー対応食献立		令和 7年 1月15日(水) 食物アレルギー対応食献立		令和 7年 1月16日(木) 食物アレルギー対応食献立		令和 7年 1月17日(金) 食物アレルギー対応食献立	
料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名	料理名	材料名
★ご飯60/70/80/90	★白飯60/70/80/90	★米粉パン(2コ/3コ)(代替食)	★米粉パン	★ご飯60/70/80/90	★白飯60/70/80/90	★ご飯60/70/80/90	★白飯60/70/80/90
★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳
★白菜ワンタンスープ(除去食)	★米ぬか油 ★生姜 ★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	★冬野菜のスープ煮	★米ぬか油 ★セロリ ★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	★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	★塩ザンギ	★若鶏もも皮なし切身40/60 ★食塩 ★混合こしょう ★黒こしょう ★にんにく ★生姜 ★しょうゆ ★酒 ★ごま油 ★でん粉 ★米ぬか油
★ビビンバ(除去食)	★米ぬか油 ★にんにく ★生姜 ★豚ひき肉 ★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	★こんにゃくと大根のサラダ	★大根 ★人参 ★サラダこんにゃく(3色) ★ゆず果汁 ★上白糖 ★しょうゆ ★ごま油 ★白すりごま	★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	★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 ★でん粉 ★水
		★稲城市産梨ゼリー	★稲城市産梨ゼリー	★ひじきの煮物	★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	★豚肉のカレー炒め	★米ぬか油 ★にんにく ★生姜 ★豚かたこま切れ ★玉ねぎ ★緑豆もやし ★カレー粉 ★食塩 ★混合こしょう ★ウスターソース

1月食物アレルギー対応食詳細献立表

令和 7年 1月20日(月) 食物アレルギー対応食献立		令和 7年 1月21日(火) 食物アレルギー対応食献立		令和 7年 1月22日(水) 食物アレルギー対応食献立		令和 7年 1月23日(木) 食物アレルギー対応食献立		令和 7年 1月24日(金) 食物アレルギー対応食献立	
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	★米粉パン(2コ/3コ)(代替食)	★米粉パン	★ご飯60/70/80/90	★白飯60/70/80/90
★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳	★飲用豆乳(代替食)	★飲用調製豆乳
★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	★ホキの中華甘酢だれ40/60	★ホキ切身40/60 ★でん粉 ★米ぬか油 ★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(除去食)	★米ぬか油 ★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	★くじらのケチャップソース(計量配付)	★くじら角切り ★酒 ★食塩 ★でん粉 ★米ぬか油 ★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 ★鶏ガラスープ(顆粒) ★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 ★冷凍むぎ枝豆 ★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 ★豚かた千切り ★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

