

10月普通食アレルギー詳細献立表

[illegible]

令和 7年10月 6日(月) 普通食献立			令和 7年10月 7日(火) 普通食献立			令和 7年10月 8日(水) 普通食献立			令和 7年10月 9日(木) 普通食献立			令和 7年10月10日(金) 普通食献立		
料理名	チェツク	材料名	料理名	チェツク	材料名	料理名	チェツク	材料名	料理名	チェツク	材料名	料理名	チェツク	材料名
ご飯60/70/80/90		白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90		白飯60/70/80/90	ぶどうパン(食パン)40/50/60/70		ぶどうパン(食パン)40/50/60/70	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
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	乳酸菌飲料		ジョア(ブルーベリー)
ほっけの竜田揚げ40/60		ほっけ切身40/60	じゃぶ(鶏肉と焼き豆腐の煮物)		米ぬか油	チキンカツトマトソース40/60(小麦パン粉)		若鶏むね皮なし切身40/60	さけの和風だれ50/70		さけ切身50/70	ほうれん草入りポークカレー		米ぬか油
		酒			若鶏もも皮つき角切り			小麦粉			米ぬか油			にんにく
		しょうゆ			玉ねぎ			水			米ぬか油			生姜
		生姜			人参			パン粉			玉ねぎ			豚かた角切り
		でん粉			カットごぼうさがき			米ぬか油(揚げ油)			しょうゆ			玉ねぎ
		米ぬか油(揚げ油)			かつお薄削り(袋入)			トマトケチャップ			上白糖			人参
お月見団子汁		水			水			ダイスカットトマト缶詰			酒			じゃがいも
		かつお薄削り(袋入)			長ねぎ			上白糖			水			ほうれん草
		水			白菜			しょうゆ			でん粉			冷凍鶏ガラパック
		若鶏もも皮なしこま切れ			つきこんにゃく黒			赤ワイン			水			水
		人参			焼き豆腐			食塩		めった汁(さつまいもの豚汁)				チリパウダー
		玉ねぎ			酒			水			米ぬか油			ガラムマサラ
		えのきたけバラ			上白糖			でん粉			豚かたこま切れ			コリアンダー
		冷凍煮込みもち			しょうゆ			水			人参			カレー粉
		ちらしかまぼこ(月見)			食塩	ジュリエンスープ					角こんにゃく黒			中濃ソース
		しょうゆ	大根の辛味炒め		米ぬか油			米ぬか油			干しいたけスライス			ウスターソース
		食塩			トウバンジャン			パラペーコン短冊			カットごぼうさがき			トマトケチャップ
		酒			生姜			玉ねぎ			かつお薄削り(袋入)			トマトピューレー
		小松菜			人参			冷凍鶏ガラパック			水			上白糖
豚肉のみそ炒め		米ぬか油			にんにく			水			木綿豆腐			食塩
		生姜			豚かた千切り			キャベツ			カットさつまいもいちょう切り			混合こしょう
		にんにく			人参			しょうゆ			白みそ			しょうゆ
		豚かたこま切れ			大根			食塩			赤みそ			米ぬか油
		玉ねぎ			上白糖			混合こしょう			長ねぎ			バター
		人参			食塩	ミックスベジタブルソテー			白菜の煮びたし					小麦粉
		緑豆もやし						米ぬか油			人参			カレー粉
		冷凍いんげん						ウインナー薄			白菜			シュレッドチーズ
		赤みそ						玉ねぎ			緑豆もやし			コールスローサラダ
		しょうゆ						人参			かつお薄削り(袋入)			
		本みりん						冷凍ホールコーン			水			キャベツ
		上白糖						冷凍グリーンピース			油揚げ			冷凍ホールコーン
		酒						食塩			しょうゆ			人参
								混合こしょう			上白糖			きゅうり
											本みりん			米ぬか油
											酒			穀物酢
											食塩			食塩
														混合こしょう
														上白糖
														玉ねぎ
														マスタードパウダー

令和 7年10月14日(火) 普通食献立	令和 7年10月15日(水) 普通食献立	令和 7年10月16日(木) 普通食献立	令和 7年10月17日(金) 普通食献立
料理名 ご飯60/70/80/90	料理名 ご飯60/70/80/90	料理名 キャロットライス60/70/80/90	料理名 ゆであどん140/160/180
材料名 白飯60/70/80/90	材料名 白飯60/70/80/90	材料名 キャロットライス60/70/80/90	材料名 ゆであどん140/160/180
飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳	飲用牛乳
韓国もちとキムチのスープ	塩肉じゃが	シーフードクリームソース	白竹輪の米粉磯辺揚げ(1コ/2コ)
米ぬか油	米ぬか油	米ぬか油	白竹輪 1/4カット (個数)
生姜	豚かたこま切れ	若鶏もも皮つきこま切れ	米粉
若鶏むね皮つきこま切れ	人参	玉ねぎ	でん粉
冷凍鶏ガラパック	玉ねぎ	人参	水
水	つきこんにやく黒	冷凍鶏ガラパック	青のり
白菜	かつお薄削り(袋入)	水	米ぬか油(揚げ油)
えのきたけバラ	水	いか短冊	けんちゃんあんかけ
キムチ	じゃがいも	冷凍むきえび	米ぬか油
木綿豆腐	さつま揚げ(ボール)	調理用牛乳	生姜
しょうゆ	塩こうじ	白ワイン	若鶏もも皮つきこま切れ
上白糖	上白糖	食塩	かつお薄削り(袋入)
食塩	本みりん	混合こしょう	水
混合こしょう	食塩	小麦粉	干しいたけスライス
白みそ	酒	米ぬか油	大根
トック	冷凍いんげん	バター	人参
長ねぎ	にらともやし炒め	生クリーム	カットごぼう小口切り
ごま油	米ぬか油	シュレッドチーズ	角こんにやく黒
チャブチェ・パプ	人参	パセリ(乾燥)	木綿豆腐
米ぬか油	ぶなしめじバラ	海藻とキャベツのサラダ	油揚げ
豚かた千切り	緑豆もやし	玉ねぎ	食塩
生姜	にら	人参	しょうゆ
にんにく	食塩	海藻ミックス	酒
しょうゆ	混合こしょう	キャベツ	本みりん
酒	しょうゆ	冷凍ホールコーン	長ねぎ
上白糖		食塩	でん粉
人参		混合こしょう	水
たけのこ水煮		しょうゆ	ごま油
玉ねぎ		米ぬか油	じゃがいものきんぴら
上白糖		穀物酢	米ぬか油
しょうゆ		上白糖	豚かた千切り
コチュジャン			じゃがいも
トウバンジャン			人参
白いりごま			冷凍いんげん
普通春雨			上白糖
にら			しょうゆ
ごま油			本みりん
			一味唐辛子
			白いりごま
			ごま油

令和 7年10月20日(月) 普通食献立			令和 7年10月21日(火) 普通食献立			令和 7年10月22日(水) 普通食献立			令和 7年10月23日(木) 普通食献立			令和 7年10月24日(金) 普通食献立		
	チエツク			チエツク			チエツク			チエツク			チエツク	
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	
菜飯65/75/85/95			デニッシュパン30/35/40/45			ご飯60/70/80/90			ご飯60/70/80/90			ご飯60/70/80/90		
	菜飯65/75/85/95			デニッシュパン30/35/40/45			白飯60/70/80/90			白飯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	
生揚げの	ピリ辛だれ		ホキの	サルサソース		鶏肉の	照り焼きだれ50/70		白菜	ワンタンスープ		凍り豆腐	の卵とじ	
	生揚げ1/4(個数)			ホギ角切り			若鶏もも皮つき切身50/70			米ぬか油			米ぬか油	
	米ぬか油			でん粉			米ぬか油			生姜			若鶏もも皮つきこま切れ	
	米ぬか油			米ぬか油(揚げ油)			上白糖			にんにく			人参	
	にんにく			米ぬか油			しょうゆ			豚ばらこま切れ			玉ねぎ	
	生姜			にんにく			酒			人参			角こんにゃく黒	
	玉ねぎ			玉ねぎ			本みりん			冷凍鶏ガラパック			かつお薄削り(袋入)	
	コチュジャン			トマトケチャップ			水			水			水	
	上白糖			ダイスカットトマト缶詰			でん粉			白菜			上白糖	
	本みりん			上白糖			水			ワンタンの皮			しょうゆ	
	水			しょうゆ		油揚げのみそ汁				食塩			食塩	
	しょうゆ			赤ワイン			かつお薄削り(袋入)			混合こしょう			酒	
	でん粉			食塩			水			酒			干しいたけスライス	
	水			チリパウダー			大根			しょうゆ			凍り豆腐(さいの目)	
呉汁				水			木綿豆腐		ルーローハン				冷凍殺菌液卵	
	かつお薄削り(袋入)			でん粉			油揚げ			米ぬか油			冷凍グリーンピース	
	水		麦と野菜のスープ	水			白みそ			生姜		大根の塩昆布和え		
	カットごぼうささがき			米ぬか油			赤みそ			にんにく			大根	
	人参			豚かたこま切れ		いんげんのナムル	長ねぎ			豚ひき肉			人参	
	大根			人参			緑豆もやし			玉ねぎ			緑豆もやし	
	角こんにゃく黒			玉ねぎ			人参			たけのこ水煮			塩昆布	
	冷凍ゆで大豆			冷凍鶏ガラパック			冷凍いんげん			エリンギ短冊			食塩	
	白みそ			水			しょうゆ			水			しょうゆ	
	赤みそ			キャベツ			食塩			酒			白いりごま	
	長ねぎ			食塩			白いりごま			上白糖			ごま油	
豚肉とピーマンの甘辛炒め				しょうゆ			ごま油			しょうゆ				
	米ぬか油			混合こしょう						オイスターソース				
	生姜			押麦						でん粉				
	にんにく			パセリ(乾燥)						水				
	豚かた千切り		小松菜とウインナーのソテー							小松菜				
	人参			米ぬか油										
	緑豆もやし			ウインナー薄										
	カットピーマン千切り			玉ねぎ										
	コチュジャン			赤パブリカ										
	しょうゆ			冷凍ホールコーン										
	上白糖			小松菜										
				食塩										
				混合こしょう										
									</					

令和 7年10月27日(月) 普通食献立			令和 7年10月28日(火) 普通食献立			令和 7年10月29日(水) 普通食献立			令和 7年10月30日(木) 普通食献立			令和 7年10月31日(金) 普通食献立		
	チエツク			チエツク			チエツク			チエツク			チエツク	
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	
さつまいも	ご飯65/75/85/95		ご飯60/70/80/90			ご飯60/70/80/90			ご飯60/70/80/90			ココアマーブル食パン	40/50/60/65	
	さつまいも	ご飯65/75/85/95		白飯	60/70/80/90		白飯	60/70/80/90		白飯	60/70/80/90		ココアマーブル食パン	40/50/60/65
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	
あかうお	西京みそだれ	50/70	ハヤシライス			家常豆腐			豚肉のかりんと揚げ			かぼちヤシチュー		
	あかうお	切身	50/70		米ぬか油		米ぬか油			豚かた角切り			米ぬか油	
	米ぬか油			にんにく			にんにく			しょうゆ			若鶏もも皮つき角切り	
	西京みそ			豚かたこま切れ			生姜			本みりん			玉ねぎ	
	生姜			玉ねぎ			豚かたこま切れ			酒			人參	
	上白糖			人參			人參			生姜			マッシュルーム水煮スライス	
	本みりん			マッシュルーム水煮スライス			キャベツ			でん粉			冷凍鶏ガラパック	
	しょうゆ			冷凍鶏ガラパック			冷凍鶏ガラパック			米ぬか油(揚げ油)			水	
	水			水			水		きのこスープ				カットかぼちや角切り	
	でん粉			デミグラスソース			上白糖			冷凍鶏ガラパック			食塩	
	水			トマトピューレー			しょうゆ			水			混合こしょう	
秋のすまし汁				トマトケチャップ			酒			玉ねぎ			白ワイン	
	かつお薄削り(袋入)			赤ワイン			トウバンジャン			人參			調理用牛乳	
	水			中濃ソース			テンメンジャン			干ししいたけスライス			米ぬか油	
	若鶏もも皮つきこま切れ			小麦粉			赤みそ			ぶなしめじバラ			バター	
	人參			米ぬか油			生揚げ			えのきたけバラ			小麦粉	
	大根			上白糖			長ねぎ			木綿豆腐			生クリーム	
	えのきたけバラ			しょうゆ			でん粉			食塩			パセリ(乾燥)	
	ちらしかまぼこ(いちょう)			食塩			水			しょうゆ				
	しょうゆ			混合こしょう		切干大根とベーコン炒め				長ねぎ			カラフルソーテ	
	食塩			冷凍グリーンピース			米ぬか油			小松菜				
	酒		ツナサラダ				にんにく							
	長ねぎ			ツナ油漬フレークライト			バラベーコン短冊							
卵の花				キャベツ			切干大根			ごま油				
	米ぬか油			黄パプリカ			人參			にんにく				
	鶏ひき肉			赤パプリカ			玉ねぎ			生姜				
	人參			小松菜			酒			人參				
	つきこんにゃく黒			穀物酢			食塩			緑豆もやし				
	干ししいたけスライス			米ぬか油			黒こしょう			大豆もやし				
	おから			食塩			しょうゆ			食塩				
	水			上白糖						混合こしょう				
	かつお薄削り(袋入)			玉ねぎ						しょうゆ				
	酒		りんご											
	上白糖			りんご										
	本みりん			食塩										
	しょうゆ			水										
	長ねぎ													
			</											