

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 3月 1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	★生揚げのうま煮		
		★米ぬか油	
		★生姜	
		★豚かたこま切れ	
		★人参	
		★玉ねぎ	
		★大根	
		★かつお薄削り(袋入)	
		★水	
		★しょうゆ	
		★食塩	
		★上白糖	
		★酒	
		★赤みそ	
		★生揚げ	
		★でん粉	
		★水	
		★冷凍いんげん	
	★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	
★ぶどうゼリー(代替食)			
		★ぶどうゼリー	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 3月 2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	★マカロニのクリームシチュー(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
		★マッシュルーム水煮スライス
		★食塩
		★混合こしょう
		★冷凍グリーンピース
		★枝豆とキャベツのサラダ
		★キャベツ
		★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 3月 3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	★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	★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
		★ひな祭り汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★たけのこ水煮
	★えのきたけバラ	
	★カットわかめ	
	★ちらしかまぼこ(梅)	
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★酒	
	★本みりん	
	★長ねぎ	
	★切干大根の煮物	
	★米ぬか油	
	★人参	
	★切干大根	
	★油揚げ	
	★つきこんにゃく黒	
	★かつお薄削り(袋入)	
	★水	
	★上白糖	
	★本みりん	
	★酒	
	★しょうゆ	
	★食塩	
	★冷凍いんげん	
	★桜もち	
	★桜もち	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 3月 6日(月)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ツ 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	★がめ煮		
		★米ぬか油	
		★生姜	
		★若鶏もも皮つき角切り	
		★若鶏むね皮つき角切り	
		★人参	
		★玉ねぎ	
		★ちぎりこんにやく黒	
		★カットごぼう小口切り	
		★カットれんこん厚いちょう切り	
		★たけのこ水煮	
		★干しいたけスライス	
		★かつお薄削り(袋入)	
		★水	
		★カットさといも乱切り	
		★上白糖	
		★食塩	
		★しょうゆ	
		★本みりん	
		★酒	
		★冷凍いんげん	
		★春雨サラダ	
			★ポークハム短冊
			★人参
			★緑豆もやし
			★きゅうり
			★緑豆春雨
		★米ぬか油	
		★穀物酢	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★上白糖	
		★玉ねぎ	
	★おかかふりかけ		
		★おかかふりかけ	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 3月 7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	★鶏肉の米粉から揚げ40/60	
		★若鶏もも皮なし切身40/60
		★酒
		★しょうゆ
		★にんにく
		★生姜
		★米粉
		★でん粉
		★米ぬか油
		★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	
★白菜のおひたし		★人参
		★白菜
		★緑豆もやし
		★上白糖
		★食塩
		★しょうゆ
		★レモン果汁

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 3月 8日(水)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ツ 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		★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	
			★角こんにゃく黒	
			★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	
			★キャベツとじゃこのおかか和え	
				★ごま油
				★ちりめんじゃこ
				★人参
				★キャベツ
				★小松菜
				★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 3月 9日(木)
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	★カレー肉じゃが		
		★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	
		★カレー粉	
		★冷凍いんげん	
		★大根の甘酢和え	
			★大根
			★人参
		★きゅうり	
		★上白糖	
		★しょうゆ	
		★穀物酢	
		★食塩	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 3月10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)	チエツク
		★米粉パン
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	チエツク
		★飲用調製豆乳
昼副	★さけのマリナード焼き50/70	★さけ切身50/70
		★食塩
		★混合こしょう
		★米ぬか油
		★にんにく
		★玉ねぎ
		★穀物酢
		★しょうゆ
		★米ぬか油
		★麦と野菜のスープ
		★米ぬか油
		★バラベーコン短冊
		★豚かたこま切れ
		★人参
		★玉ねぎ
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
★キャベツ		
★食塩		
★しょうゆ		
★混合こしょう		
★押麦		
★パセリ(乾燥)		
★ミックスベジタブルソテー		★米ぬか油
		★ウインナー薄
		★玉ねぎ
		★人参
		★冷凍ホールコーン
		★冷凍グリーンピース
		★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 3月13日(月)
食物アレルギー対応食献立

	チ エ ツ 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		★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
			★ピリ辛スープ
			★米ぬか油
			★にんにく
			★豚かた千切り
			★玉ねぎ
			★人参
			★鶏ガラスープ(顆粒)
			★水
			★木綿豆腐
			★酒
			★しょうゆ
		★白みそ	
		★コチュジャン	
		★トウバンジャン	
		★食塩	
		★にら	
		★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 5年 3月14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		★赤飯65/75/85/95	
			★赤飯65/75/85/95
昼飲		★飲用豆乳(代替食)	
			★飲用調製豆乳
昼副		★花型豆腐ハンバーグ40/60	
			★豆腐ハンバーグ40/60
			★米ぬか油
			★上白糖
			★しょうゆ
			★酒
			★本みりん
			★水
			★でん粉
			★水
			★豚汁
			★米ぬか油
			★豚かたこま切れ
			★人参
			★角こんにゃく黒
		★カットごぼうさがき	
		★かつお薄削り(袋入)	
		★水	
		★大根	
		★木綿豆腐	
		★白みそ	
		★赤みそ	
		★長ねぎ	
		★ほうれん草のからし和え	
		★緑豆もやし	
		★人参	
		★ほうれん草	
		★マスタードパウダー	
		★しょうゆ	
		★上白糖	
		★本みりん	
		★食塩	
		★お祝いデザート	
			★米粉ケーキ

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 3月15日(水)
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	チエック
		★麦ご飯65/75/85/95
昼飲	★飲用豆乳(代替食)	チエック
		★飲用調製豆乳
昼副	★じゃがいものキーマカレー	★米ぬか油
		★にんにく
		★生姜
		★豚ひき肉
		★玉ねぎ
		★人参
		★じゃがいも
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★ダイスカットトマト缶詰
		★トマトケチャップ
		★ウスターソース
		★上白糖
		★しょうゆ
		★カレー粉
		★ガラムマサラ
		★コリアンダー
		★食塩
		★混合こしょう
		★フレンチサラダ
		★冷凍ホールコーン
		★カット赤パプリカ千切り
		★キャベツ
		★きゅうり
		★米ぬか油
		★穀物酢
		★上白糖
★マスタードパウダー		
★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 5年 3月16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	★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	
		★ツナサンドの具(ボトルノンエッグマヨネーズ)	
			★米ぬか油
			★玉ねぎ
			★ツナ油漬フレークライト
			★キャベツ
		★冷凍ホールコーン	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★ボトルノンエッグマヨネーズ	
	★清見オレンジ(柑橘)		
		★清見オレンジ	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 3月17日(金)
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	★あじの梅おろしだれ50/70	
		★あじ切身50/70
		★米ぬか油
		★しょうゆ
		★本みりん
		★水
		★大根
		★梅肉
		★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	
	★でん粉	
	★水	
	★小松菜	
	★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 5年 3月20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	★ホキフライ40/60	
		★ホキ切身40/60
		★でん粉
		★豆乳
		★水
		★米パン粉
		★米ぬか油
		★中濃ソース
		★水
		★けんちん汁
		★かつお薄削り(袋入)
		★水
		★人参
		★カットごぼうさがき
		★角こんにやく黒
	★大根	
	★木綿豆腐	
	★食塩	
	★しょうゆ	
	★長ねぎ	
	★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	

家庭確認用食物アレルギー対応食献立表

令和 5年 3月22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	★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
		★ミネストローネ(除去食)
		★米ぬか油
		★にんにく
		★カットセロリ小口切り
		★バラベーコン短冊
		★人参
		★玉ねぎ
		★マッシュルーム水煮スライス
		★鶏ガラスープ(顆粒)
		★水
		★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	
	★上白糖	
	★混合こしょう	
	★食塩	
	★パセリ(乾燥)	
	★小松菜とウインナーのソテー	
	★米ぬか油	
	★ウインナー薄	
	★玉ねぎ	
	★カット赤パプリカ千切り	
	★冷凍ホールコーン	
	★小松菜	
	★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 3月23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	★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	
		★もやしのオイスター炒め	
			★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	
		★エリンギ短冊	
		★小松菜	
		★食塩	
		★混合こしょう	
		★オイスターソース	