

1月普通食アレルギー詳細献立表

| 令和 6年 1月10日(水)<br>普通食献立 |               | 令和 6年 1月11日(木)<br>普通食献立 |               | 令和 6年 1月12日(金)<br>普通食献立 |                |
|-------------------------|---------------|-------------------------|---------------|-------------------------|----------------|
| 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 | 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           |
| 焼き焼売(2コ/3コ)             | 焼売            | さわらの西京みそだれ50/70         | さわら切身50/70    | チキンカレー                  | 米ぬか油           |
| 中華丼                     | 米ぬか油          | 米ぬか油                    | 米ぬか油          | にんにく                    | にんにく           |
|                         | 米ぬか油          | 西京みそ                    | 西京みそ          | 生姜                      | 生姜             |
|                         | 生姜            | 上白糖                     | 上白糖           | 若鶏もも皮つきこま切れ             | 若鶏もも皮つきこま切れ    |
|                         | にんにく          | 本みりん                    | 本みりん          | 玉ねぎ                     | 玉ねぎ            |
|                         | 豚かたこま切れ       | しょうゆ                    | しょうゆ          | 人参                      | 人参             |
|                         | 玉ねぎ           | 水                       | 水             | じゃがいも                   | じゃがいも          |
|                         | 人参            | でん粉                     | でん粉           | 冷凍鶏ガラパック                | 冷凍鶏ガラパック       |
|                         | たけのこ水煮        | 水                       | 水             | 水                       | 水              |
|                         | 白菜            | もち入り雑煮                  | もち入り雑煮        | 食塩                      | 食塩             |
|                         | 冷凍鶏ガラパック      | かつお薄削り(袋入)              | かつお薄削り(袋入)    | 混合こしょう                  | 混合こしょう         |
|                         | 水             | 水                       | 水             | チリパウダー                  | チリパウダー         |
|                         | いか短冊          | 若鶏もも皮つきこま切れ             | 若鶏もも皮つきこま切れ   | ガラマサラ                   | ガラマサラ          |
|                         | 冷凍むきえび        | 人参                      | 人参            | コリアンダー                  | コリアンダー         |
|                         | なると           | 大根                      | 大根            | カレー粉                    | カレー粉           |
|                         | オイスターソース      | 角こんにゃく黒                 | 角こんにゃく黒       | 中濃ソース                   | 中濃ソース          |
|                         | 食塩            | 冷凍煮込みもち                 | 冷凍煮込みもち       | ウスターソース                 | ウスターソース        |
|                         | 混合こしょう        | 本みりん                    | 本みりん          | トマトケチャップ                | トマトケチャップ       |
|                         | 上白糖           | しょうゆ                    | しょうゆ          | トマトピューレー                | トマトピューレー       |
| 酒                       | 食塩            | 食塩                      | 上白糖           | 上白糖                     |                |
| しょうゆ                    | 小松菜           | 小松菜                     | しょうゆ          | しょうゆ                    |                |
| でん粉                     | ごぼうの甘辛炒め      | ごぼうの甘辛炒め                | 米ぬか油          | 米ぬか油                    |                |
| 水                       | 米ぬか油          | 米ぬか油                    | 小麦粉           | 小麦粉                     |                |
| 冷凍グリーンピース               | 豚かた千切り        | 豚かた千切り                  | カレー粉          | カレー粉                    |                |
| 大根サラダ                   | カットごぼう千切り     | カットごぼう千切り               | シュレッドチーズ      | シュレッドチーズ                |                |
|                         | 人参            | 人参                      | 枝豆とキャベツのサラダ   | 枝豆とキャベツのサラダ             |                |
|                         | 冷凍ゆで大豆        | 冷凍ゆで大豆                  | キャベツ          | キャベツ                    |                |
|                         | しょうゆ          | しょうゆ                    | 黄パプリカ         | 黄パプリカ                   |                |
|                         | 上白糖           | 上白糖                     | 赤パプリカ         | 赤パプリカ                   |                |
|                         | 本みりん          | 本みりん                    | 冷凍むき枝豆        | 冷凍むき枝豆                  |                |
|                         | ごま油           | ごま油                     | 米ぬか油          | 米ぬか油                    |                |
|                         | 白いりごま         | 白いりごま                   | 穀物酢           | 穀物酢                     |                |
|                         |               |                         | 食塩            | 食塩                      |                |
|                         |               |                         | 混合こしょう        | 混合こしょう                  |                |
|                         |               |                         | 上白糖           | 上白糖                     |                |
|                         |               | 玉ねぎ                     | 玉ねぎ           |                         |                |

1月普通食アレルギー詳細献立表

| 令和 6年 1月15日(月)<br>普通食献立 |  | 令和 6年 1月16日(火)<br>普通食献立 |  | 令和 6年 1月17日(水)<br>普通食献立 |   | 令和 6年 1月18日(木)<br>普通食献立 |   | 令和 6年 1月19日(金)<br>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  |
| ご飯60/70/80/90           | 白飯60/70/80/90  | ご飯60/70/80/90           | 白飯60/70/80/90  | ご飯60/70/80/90           | 白飯60/70/80/90   | キャロットト食パン40/50/60/65    | キャロットト食パン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   |
| さばのおろしだれ50/70           | さば切身50/70<br>米ぬか油<br>しょうゆ<br>本みりん<br>上白糖<br>水<br>大根<br>でん粉<br>水  | 肉じゃが                    | 米ぬか油<br>豚かたこま切れ<br>人参<br>玉ねぎ<br>つきこんにゃく黒<br>かつお薄削り(袋入)<br>水<br>じゃがいも<br>さつま揚げ(ボール)<br>上白糖<br>しょうゆ<br>本みりん<br>食塩<br>酒<br>冷凍いんげん | ほっけの竜田揚げ40/60           | ほっけ切身40/60<br>酒<br>しょうゆ<br>生姜<br>でん粉<br>米ぬか油(揚げ油)                                   | 鶏肉のトマト煮                 | オリーブ油<br>にんにく<br>若鶏もも皮つき角切り<br>パラペーコン短冊<br>セロリ<br>玉ねぎ<br>人参<br>冷凍鶏ガラパック<br>水<br>カットピーマン千切り<br>黄パプリカ<br>ダイスカットトマト缶詰<br>トマトピューレー<br>トマトケチャップ<br>中濃ソース<br>赤ワイン<br>上白糖<br>食塩<br>混合こしょう<br>米粉<br>水 | 鶏肉のピリ辛だれ50/70           | 若鶏もも皮つき切身50/70<br>米ぬか油<br>米ぬか油<br>にんにく<br>生姜<br>玉ねぎ<br>コチュジャン<br>上白糖<br>本みりん<br>水<br>しょうゆ<br>でん粉<br>水  |
| 小松菜のみそ汁                 | かつお薄削り(袋入)<br>水<br>玉ねぎ<br>木綿豆腐<br>白みそ<br>赤みそ<br>小松菜  | ほうれん草のごま和え              | ほうれん草<br>緑豆もやし<br>人参<br>白すりごま<br>白ねりごま<br>しょうゆ<br>上白糖<br>食塩  | にらたま汁                   | かつお薄削り(袋入)<br>水<br>玉ねぎ<br>人参<br>木綿豆腐<br>酒<br>食塩<br>しょうゆ<br>でん粉<br>水<br>冷凍殺菌液卵<br>にら | かにかまと大根のサラダ             | 大根<br>冷凍ホールコーン<br>かにかまぼこ<br>きゅうり<br>米ぬか油<br>穀物酢<br>上白糖<br>食塩<br>混合こしょう<br>マスタードパウダー<br>玉ねぎ  | 中華風野菜スープ                | 米ぬか油<br>生姜<br>若鶏もも皮なしこま切れ<br>人参<br>冷凍鶏ガラパック<br>水<br>たけのこ水煮<br>乾燥きくらげスライス<br>木綿豆腐<br>食塩<br>混合こしょう<br>しょうゆ<br>オイスターソース<br>酒<br>にら<br>長ねぎ<br>でん粉<br>水 |
| 卵の花                     | 米ぬか油<br>鶏ひき肉<br>人参<br>つきこんにゃく黒<br>干しいたけスライス<br>おから<br>水<br>かつお薄削り(袋入)<br>酒<br>上白糖<br>本みりん<br>しょうゆ<br>長ねぎ |                         |  | キャベツの甘酢和え               | 人参<br>キャベツ<br>えのきたけバラ<br>油揚げ<br>しょうゆ<br>上白糖<br>食塩<br>本みりん<br>穀物酢                    |                         |   | 豚肉とチンゲン菜炒め              | 米ぬか油<br>生姜<br>豚ばらこま切れ<br>チンゲン菜<br>緑豆もやし<br>赤パプリカ<br>食塩<br>しょうゆ   |



