

3月普通食アレルギー詳細献立表

令和 8年 3月 2日(月)
普通食献立

令和 8年 3月 3日(火)
普通食献立

令和 8年 3月 4日(水)
普通食献立

令和 8年 3月 5日(木)
普通食献立

令和 8年 3月 6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
ごはん60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ゆかりごはん65/75/85/95	ゆかりごはん65/75/85/95	おさつこまパン40/50/60/70	おさつこまパン40/50/60/70	ごはん60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ごはん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
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 冷凍グリーンピース	さわらのゆずしょうゆだれ50/70	さわら切身50/70 米ぬか油 しょうゆ 上白糖 酒 本みりん 食塩 ゆず果汁 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	ポークカットマトソース40/60(小麦パン粉)	豚ヒレ切身40/60 小麦粉 水 パン粉 米ぬか油(揚げ油) トマトケチャップ ダイスカットトマト缶詰 上白糖 しょうゆ 赤ワイン 食塩 水 でん粉 水 でん粉	鶏肉の香味だれ50/70	若鶏もも皮つき切身50/70 米ぬか油 米ぬか油 生姜 にんにく 長ねぎ 酒 しょうゆ 上白糖 本みりん 食塩 水 でん粉 水 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	豚肉と玉ねぎの卵とじ	米ぬか油 豚かたこま切れ 人参 玉ねぎ すき焼きふ 角こんにやく黒 かつお薄削り(袋入) 水 上白糖 しょうゆ 食塩 酒 冷凍殺菌液卵 大根と白菜の塩昆布和え 大根 人参 白菜 塩昆布 食塩 しょうゆ 白いりごま ごま油
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	切干大根とベーコン炒め	米ぬか油 にんにく バラベーコン短冊 切干大根 人参 玉ねぎ 酒 食塩 黒こしょう しょうゆ	麦と野菜のスープ	米ぬか油 豚かたこま切れ 人参 玉ねぎ 冷凍鶏ガラパック 水 キャベツ 食塩 しょうゆ 混合こしょう 押麦 パセリ(乾燥)	肉入りきんぴら	米ぬか油 豚かたこま切れ カットごぼう千切り 人参 つきこんにやく黒 上白糖 しょうゆ 本みりん 一味唐辛子 白いりごま ごま油		
		桜もち	桜もち	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				

3月普通食アレルギー詳細献立表

令和 8年 3月 9日(月)
普通食献立

令和 8年 3月10日(火)
普通食献立

令和 8年 3月11日(水)
普通食献立

令和 8年 3月12日(木)
普通食献立

令和 8年 3月13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
ゆでうどん140/160/200		ご飯60/70/80/90		赤飯65/75/85/95		ご飯60/70/80/90		バターロール40/50/60/70	
	ゆでうどん140/160/200		白飯60/70/80/90		赤飯65/75/85/95		白飯60/70/80/90		バターロール40/50/60/70
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
ささかまの米粉磯揚げ(1コ/2コ)		さけの塩焼き50/70		花型ハンバーグ40/60		鶏肉のピリ辛だれ50/70		マカロニのクリームシチュー	
	笹かまぼこ40/30		銀ざけ切身50/70		花型ハンバーグ40/60		若鶏もも皮つき切身50/70		米ぬか油
	米粉		食塩		米ぬか油		米ぬか油		若鶏もも皮つき角切り
	でん粉		米ぬか油		上白糖		米ぬか油		玉ねぎ
	水	にらたま汁		しょうゆ		にんにく		人参	人参
	青のり		かつお薄削り(袋入)		酒		生姜		冷凍鶏ガラパック
	米ぬか油(揚げ油)		水		本みりん		玉ねぎ		水
和風あんかけ			玉ねぎ		水		コチュジャン		マッシュルーム水煮スライス
	米ぬか油		人参		でん粉		上白糖		マカロニ
	豚かたこま切れ		木綿豆腐		水		本みりん		食塩
	カットごぼうささがき		酒	鶏肉とかぶのすまし汁			水		混合こしょう
	人参		食塩		米ぬか油		しょうゆ		調理用牛乳
	かつお薄削り(袋入)		しょうゆ		若鶏もも皮つきこま切れ		でん粉		米ぬか油
	水		でん粉		人参		水		バター
	大根		水		かつお薄削り(袋入)		中華風野菜スープ		小麦粉
	カットさといもいちょう切り		冷凍殺菌液卵		水		米ぬか油		生クリーム
	油揚げ		にら		カットかぶくし切り		生姜		冷凍グリーンピース
	上白糖	じゃがいものそぼろ煮			しょうゆ		若鶏もも皮なしこま切れ		こんにゃくとツナのサラダ
	しょうゆ		米ぬか油		食塩		人参		緑豆もやし
	食塩		生姜		酒		冷凍鶏ガラパック		人参
	長ねぎ		鶏ひき肉		長ねぎ		水		サラダこんにゃく(3色)
	でん粉		玉ねぎ	ほうれん草のからし和え			たけのこ水煮		ツナ油漬フレークライト
	水		じゃがいも		緑豆もやし		乾燥きくらげスライス		黄パプリカ
もやしとさきゅうりの梅肉和え			かつお薄削り(袋入)		人参		木綿豆腐		きゅうり
	人参		水		ほうれん草		食塩		米ぬか油
	緑豆もやし		食塩		マスタードパウダー		混合こしょう		穀物酢
	きゅうり		酒		しょうゆ		しょうゆ		しょうゆ
	食塩		上白糖		上白糖		オイスターソース		上白糖
	梅肉		しょうゆ		本みりん		酒		食塩
	穀物酢		本みりん		食塩		にら		混合こしょう
	上白糖		でん粉	お祝いデザート			長ねぎ		玉ねぎ
	しょうゆ		水		米粉ケーキ		でん粉		
	かつお薄削り		冷凍グリーンピース				水	いちご(2コ)	
							ごま油		いちご
							バット・バック・ルアムミット(ミックス野菜炒め)		
							米ぬか油		
							にんにく		
							豚かたこま切れ		
							冷凍むきえび		
							人参		
							ぶなしめじバラ		
							キャベツ		
							カットブロッコリー		
							オイスターソース		
							ナンプラー		
							食塩		

3月普通食アレルギー詳細献立表

令和 8年 3月16日(月)
普通食献立

令和 8年 3月17日(火)
普通食献立

令和 8年 3月18日(水)
普通食献立

令和 8年 3月19日(木)
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
ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	ご飯60/70/80/90	白飯60/70/80/90	マープルデニッシュハン30/35/40/45	マープルデニッシュハン30/35/40/45	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
あじフライ40/60(小麦パン粉)	あじ切身40/60 小麦粉 水 パン粉 米ぬか油(揚げ油) 中濃ソース トマトケチャップ 水 でん粉	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	豚肉とキャベツの煮込み	米ぬか油 にんにく セロリ 豚かた角切り 人参 玉ねぎ 冷凍鶏ガラパック 水 ブランクフルト じゃがいも キャベツ しょうゆ 食塩 混合こしょう パセリ(乾燥)	いかのチリソース40/60	いか切身40/60 でん粉 米ぬか油(揚げ油) ごま油 にんにく 生姜 長ねぎ チリパウダー 上白糖 トマトケチャップ しょうゆ 水 でん粉 水
なめこのみそ汁	かつお薄削り(袋入) 水 人参 玉ねぎ 大根 なめこバラ 白みそ 赤みそ 長ねぎ	小松菜のしらす和え	しらす干し 人参 緑豆もやし 小松菜 酒 本みりん しょうゆ 食塩 上白糖	コーンソテー	米ぬか油 バラベーコン短冊 人参 玉ねぎ エリンギ短冊 冷凍ホールコーン 食塩 混合こしょう	白菜ワンタンスープ	米ぬか油 生姜 にんにく 豚かたこま切れ 人参 冷凍鶏ガラパック 水 白菜 ワンタンの皮 食塩 混合こしょう 酒 しょうゆ
鶏ちゃん焼き	米ぬか油 トウバンジャン にんにく 若鶏もも皮つきこま切れ 玉ねぎ 人参 キャベツ にら 赤みそ しょうゆ 本みりん 上白糖 酒					春雨サラダ	ボークハム短冊 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

