



# 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

5月10日 月曜日			5月11日 火曜日			5月12日 水曜日			5月13日 木曜日			5月14日 金曜日		
牛乳 アスパラと鮭のクリームスパゲティ ハニーサラダ 流山小松菜マフィン			牛乳 親子丼 のり酢和え 大根のみそ汁			牛乳 ごはん サバの味噌煮 茎わかめのきんぴら けんちん汁			牛乳 和風ピラフ 豚とかぼちゃのガーリック炒め 肉団子スープ フルーツゼリー			牛乳 梅ちりごはん メンチカツ キャベツのおかか和え 呉汁		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
スパゲティ	78		米	95		米	100		米	95		米	92	
水	40		水	114		水	120		チキンブイヨン	2		麦	3	
オリーブオイル	2.5		鶏もも小間	35					水	114		水	114	
ベーコン	15		たまねぎ	40		さば 切身	60		ライトツナ	5		カリカリ梅	1	
さけフレーク	15		にんじん	20		しょうが	2.5		ちりめんじゃこ	5		ちりめんじゃこ	4	
たまねぎ	40		しめじ	5		長ねぎ	10		たまねぎ	10		白いりごま	3	
アスパラガス	8		清酒	2		赤みそ	9		にんじん	8				
たもぎ茸	10		三温糖	2.8		三温糖	8.5		にんにく	0.5		メンチカツ	80	
植物油	1		しょうゆ	7		しょうゆ	2.5		えだまめ	5		揚げ油	8	
白ワイン	2		食塩	0.4		清酒	3		バター	2				
食塩	0.8		みりん	2		みりん	3		食塩	0.3		キャベツ	60	
こしょう	0.03		でん粉	1		水	15		しょうゆ	2		にんじん	12	
水	40		卵	50					清酒	1		えのきたけ	10	
チキンブイヨン	3		みつば	5		茎わかめ	15		こしょう	0.03		かまぼこ	8	
牛乳	45		水	25		豚肩肉	12					しょうゆ	3	
バター	6					ごぼう	8		かぼちゃ	45		かつおぶし	0.5	
小麦粉	6		ほうれん草	30		にんじん	12		揚げ油	5				
生クリーム	3		もやし	70		つきこんにゃく	10		豚肩肉	30		豚もも肉	10	
粉チーズ	1		ライトツナ	10		植物油	1		しょうが	0.5		油揚げ	8	
パセリ	0.5		のり	0.5		しょうゆ	3.5		にんにく	1		植物油	0.5	
			白いりごま	2		三温糖	1.5		にんじん	10		だいこん	30	
とうもろこし	12		穀物酢	3		みりん	1		たまねぎ	20		にんじん	12	
キャベツ	60		しょうゆ	3.5		清酒	1		植物油	1		ごぼう	5	
にんじん	12								食塩	0.4		こんにゃく	6	
きゅうり	8		だいこん	40		木綿豆腐	25		こしょう	0.03		長ねぎ	10	
ひよこまめ	5		こまつな	10		油揚げ	8		清酒	1.5		大豆	8	
植物油	2		木綿豆腐	25		はくさい	30					白みそ	12	
穀物酢	2		こんにゃく	6		にんじん	12		鶏ひき肉	30		だしパック	2	
レモン汁	0.5		油揚げ	8		だいこん	20		長ねぎ	5		水	150	
はちみつ	3		長ねぎ	10		さといも	10		しょうが	1				
食塩	0.5		白みそ	12		しいたけ	3		食塩	0.1				
こしょう	0.02		だしパック	2		こまつな	8		こしょう	0.02				
			水	140		植物油	1		乾燥パン粉	1				
小麦粉	18					長ねぎ	10		でん粉	1				
ベーキングパウ	0.8					食塩	0.5		はくさい	45				
液卵	12					しょうゆ	4		にんじん	10				
牛乳	5					だしパック	2		こまつな	12				
バター	6					水	120		春雨	4				
グラニュー糖	8					ごま油	0.5		食塩	0.6				
こまつな	7								しょうゆ	3				
マフィンカップ	10								こしょう	0.02				
									水	140				
									ゼリー	60				

# 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

5月17日 月曜日			5月18日 火曜日			5月19日 水曜日			5月20日 木曜日			5月21日 金曜日		
牛乳 チキンカレーライス ブロッコリーサラダ ナタデココヨーグルト			牛乳 かつおめし 揚げ鶏とじゃが芋の煮物 春キャベツのみそ汁			牛乳 麻婆豆腐丼 ナムル わかめスープ			牛乳 長崎ちゃんぽんうどん 長崎天ぷら 浦上そばろ びわゼリー			牛乳 ごはん（ひじきふりかけ） 厚焼き卵 野菜炒め さつま芋のみそ汁		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
米	95		米	85		米	95		冷凍うどん	120		米	100	
麦	3		麦	3		水	114		豚肩肉	20		水	120	
水	114		しょうゆ	1		押し豆腐	100		にんにく	0.5				
鶏もも小間	30		水	114		豚ひき肉	30		植物油	1		ひじき	1.2	
赤ワイン	3		かつお角切	30		清酒	1		イカ短冊	10		しょうゆ	0.8	
しょうが	0.5		しょうが	1.5		豆板醤	0.4		なると巻	15		砂糖	0.2	
にんにく	0.5		三温糖	3.5		ひきわり大豆	8		うずら卵	12		みりん	0.2	
植物油	1		しょうゆ	3.5		しょうが	0.5		にんじん	12		水	1.5	
じゃがいも	40		みりん	2		にんにく	0.8		はくさい	25		白いりごま	1	
にんじん	20		清酒	1.5		にんじん	15		しいたけ	3		ちりめんじゃこ	2	
たまねぎ	50		白いりごま	2		長ねぎ	20		長ねぎ	10		ゆかり	0.4	
とろけるカレー	8					にら	5		白いりごま	1				
ゴールドンカレー	8		鶏むね肉	30		砂糖	0.8		ポークパイオン	5		厚焼き卵	62.5	
ウスターソース	1		しょうが	0.2		しょうゆ	2.5		白湯	8				
アップルソース	5		清酒	0.5		赤みそ	4		食塩	0.3		豚肩肉	15	
チャツネ	5		しょうゆ	1		テンメンジャン	3		こしょう	0.04		キャベツ	50	
ケチャップ	2.5		でん粉	2		清酒	1		水	120		にんじん	10	
こしょう	0.02		揚げ油	4		ごま油	1					こまつな	10	
水	70		じゃがいも	60		でん粉	1.5		鶏もも切身	50		もやし	20	
			にんじん	15					小麦粉	12		にんにく	0.2	
冷凍ブロッコリ	50		ごぼう	5		ほうれん草	30		清酒	1		植物油	0.5	
カリフラワー	20		冷さやいんげん	5		にんじん	15		水	6.5		しょうゆ	2	
とうもろこし	15		三温糖	2		大豆もやし	45		砂糖	2.5		食塩	0.3	
ライトツナ	8		しょうゆ	6		ぜんまい	6		食塩	0.3		こしょう	0.02	
植物油	2.5		清酒	1.5		しょうゆ	3		揚げ油	9				
穀物酢	1.2		みりん	1.5		穀物酢	2.5					さつまいも	35	
レモン汁	0.5		だし汁	30		ごま油	1.5		豚ひき肉	10		だいこん	18	
砂糖	1.2					食塩	0.2		さつまあげ	8		えのきたけ	6	
しょうゆ	1		キャベツ	40		砂糖	0.8		ごぼう	25		木綿豆腐	20	
食塩	0.3		えのきたけ	8					もやし	25		油揚げ	8	
こしょう	0.02		木綿豆腐	20		冷わかめ	12		にんじん	10		冷さやいんげん	4	
			こまつな	10		鶏むね肉	12		つきこんにゃく	18		長ねぎ	10	
ヨーグルト	45		油揚げ	8		春雨	5		植物油	1		白みそ	12	
ナタデココ	10		長ねぎ	10		にんじん	15		しょうゆ	3.5		だしパック	2	
パイン	20		白みそ	12		はくさい	20		三温糖	2		水	140	
黄桃缶	20		だしパック	2		こまつな	8		みりん	1				
みかん缶詰	15		水	145		長ねぎ	10							
						しょうが	0.2		びわゼリー	50				
						しょうゆ	3							
						食塩	0.8							
						こしょう	0.03							
						ポークパイオン	6							
						白いりごま	1.5							
						ごま油	0.5							

# 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

5月24日 月曜日			5月25日 火曜日			5月26日 水曜日			5月27日 木曜日			5月28日 金曜日		
牛乳 野沢菜チャーハン 揚げシューマイ 中華卵コーンスープ			牛乳 ごはん サワラの西京焼き 筑前煮 豆腐だんご汁			牛乳 ハヤシライス パリパリサラダ 豆乳杏仁豆腐			牛乳 かやくごはん シシャモの新緑揚げ 五目豆 豚汁			牛乳 ピザトースト イタリアンサラダ ミネストローネ パンナコッタ		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
米	90		米	100		米	95		米	90		食パン	80	
麦	3		水	120		水	114		麦	2		水	40	
ポークビヨン	3					豚肩肉	35		水	108		たまねぎ	25	
水	108		サワラ西京焼き	60		にんにく	0.3		しょうゆ	1		ピーマン	6	
野沢菜漬け	10					しょうが	0.3		鶏むね肉	10		マッシュルーム	5	
豚ひき肉	10		鶏むね肉	25		マッシュルーム	8		ごぼう	5		ケチャップ	8	
にんにく	0.5		にんじん	15		にんじん	20		にんじん	5		マヨネーズ	8	
ちりめんじゃこ	3		ごぼう	8		たまねぎ	60		しらたき	5		粉チーズ	15	
にんじん	8		たけのこ	10		グリーンピース	5		干しいたけ	0.6				
長ねぎ	6		冷凍さと芋	15		植物油	1		白いりごま	1.5		キャベツ	50	
食塩	0.2		干しいたけ	0.5		ダイズトマト	10		三温糖	3		とうもろこし	15	
しょうゆ	1		冷さやいんげん	5		ケチャップ	1.5		清酒	1		にんじん	15	
ごま油	1.2		つきこんにゃく	5		ハヤシフレーク	16		みりん	1.5		きゅうり	8	
こしょう	0.04		植物油	1		赤ワイン	1		しょうゆ	3.5		ベーコン	8	
			三温糖	1.5		中濃ソース	1.5					オリーブオイル	2.5	
しゅうまい	56		しょうゆ	5		バター	0.5		ししゃも	36		穀物酢	1.2	
揚げ油	6		清酒	1		水	82		小麦粉	10		レモン汁	1	
			みりん	1					米粉	4		砂糖	1.2	
鶏もも小間	12		だし汁	20		ワンタンの皮	8		抹茶	0.2		食塩	0.4	
木綿豆腐	25					揚げ油	0.8		水	8		こしょう	0.02	
こまつな	10		絹ごし豆腐	15		キャベツ	55		揚げ油	4				
たまねぎ	25		白玉粉	10		こまつな	15		食塩	0.1		鶏もも小間	10	
えのきたけ	5		小麦粉	4		にんじん	10					じゃがいも	15	
とうもろこし	15		豚肩肉	10		きゅうり	5		大豆	10		白いんげん豆	5	
コーンペースト	15		はくさい	30		植物油	2		にんじん	15		にんじん	12	
卵	20		にんじん	12		穀物酢	1.2		こんにゃく	15		たまねぎ	30	
でん粉	1		こまつな	10		レモン汁	1		昆布角切り	1.5		えだまめ	6	
食塩	1		長ねぎ	10		砂糖	1.2		さつまあげ	8		セロリ	5	
清酒	1		食塩	0.6		食塩	0.4		三温糖	2		パセリ	0.5	
ポークビヨン	7		しょうゆ	4.5		こしょう	0.03		しょうゆ	3		シェルマカロニ	6	
こしょう	0.03		清酒	1					清酒	0.8		ダイズトマト	20	
白いりごま	1		みりん	1		豆乳杏仁豆腐	40		みりん	1.5		チキンビヨン	6	
水	130		しょうが	1		みかん缶詰	15					食塩	0.9	
			だしパック	2		パイン	15		豚もも肉	12		砂糖	0.5	
			水	140		黄桃缶	15		植物油	1		こしょう	0.02	
						砂糖	3		じゃがいも	15		水	140	
						水	30		だいこん	10				
									にんじん	10		パンナコッタ	40	
									はくさい	15				
									木綿豆腐	20				
									油揚げ	8				
									長ねぎ	5				
									白みそ	12				
									だしパック	2				

