



# 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

4月12日 月曜日			4月13日 火曜日			4月14日 水曜日			4月15日 木曜日			4月16日 金曜日		
牛乳 ココア揚げパン 豚とセロリのケチャップ和え 春キャベツのスープ			牛乳 ごはん 鶏のねぎみそ焼き ひじきの炒め煮 若竹汁			牛乳 ガーリックチャーハン アジの香味揚げ 坦々春雨スープ			牛乳 山菜おこわ 厚揚げの肉味噌炒め けんちん汁 ヨーグルト			牛乳 イワシのかば焼き丼 わかめの酢の物 かぼちゃのみそ汁 オレンジ		
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	
コッペパン	70		米	100		米	86		米	65		米	100	
水	35		水	120		ポークブイヨン	3		もち米	20		水	120	
揚げ油	7					水	102		しょうゆ	2		いわし濃粉付	40	
スキムミルク	8		鶏もも切身	60		焼き豚	15		鶏むね肉	12		揚げ油	6	
ココア	1.5		長ねぎ	10		清酒	1		にんじん	8		しょうが	1.5	
グラニュー糖	8		しょうが	0.4		にんにく	1.5		わらび水煮	10		しょうゆ	6	
パン袋	10		清酒	1.5		なると巻	10		千切たけのこ	10		みりん	2.5	
			赤みそ	3.5		にんじん	8		白いりごま	2		砂糖	4.5	
豚肩肉	60		砂糖	2		長ねぎ	10		しょうゆ	4		清酒	1.2	
食塩	0.2		しょうゆ	1		わけねぎ	5		砂糖	1		水	4	
こしょう	0.02		みりん	3		食塩	0.6		みりん	1		白いりごま	1.5	
たまねぎ	40		でん粉	0.2		しょうゆ	0.8		清酒	1				
セロリ	20					ごま油	1.2					冷わかめ	15	
植物油	1.5		乾燥ひじき	4					生揚げ	40		きゅうり	10	
ケチャップ	10		植物油	0.5		アジ濃粉付き	60		豚ひき肉	20		にんじん	6	
白ワイン	1		豚肩肉	10		揚げ油	6		しょうが	0.3		もやし	50	
カレー粉	0.5		油揚げ	6		にら	1.5		にんにく	0.3		砂糖	3	
砂糖	0.5		しらたき	10		長ねぎ	3		植物油	1		穀物酢	4	
			にんじん	10		しょうが	0.2		にんじん	15		しょうゆ	4	
キャベツ	45		さつまあげ	10		白いりごま	1		たまねぎ	15				
ベーコン	8		大豆	8		砂糖	2.8		干しいたけ	0.5		かぼちゃ	40	
こまつな	15		三温糖	2.5		しょうゆ	2		キャベツ	40		こまつな	10	
にんじん	12		しょうゆ	3.5		穀物酢	2		赤みそ	3.5		木綿豆腐	25	
しめじ	5		みりん	1		水	7		しょうゆ	2		しめじ	3	
とうもろこし	10		だし汁	10					清酒	1		油揚げ	8	
チキンブイヨン	5					春雨	6		砂糖	2		長ねぎ	5	
食塩	1		たけのこ	25		豚ひき肉	15		唐辛子	0.02		白みそ	12	
こしょう	0.03		冷わかめ	6		にんじん	10		でん粉	1.2		だしパック	2	
水	150		たまねぎ	15		はくさい	25		ごま油	0.5		水	140	
			木綿豆腐	25		もやし	20							
			はくさい	20		こまつな	8		油揚げ	10		オレンジ	62.5	
			長ねぎ	10		えのきたけ	5		はくさい	30				
			しょうゆ	3		しいたけ	3		にんじん	12				
			食塩	0.6		すりごま	2		だいこん	25				
			みりん	0.5		ねりごま	2		さといも	10				
			だしパック	2		ポークブイヨン	5		ごぼう	6				
			水	140		しょうゆ	1.5		こんにゃく	12				
						テンメンジャン	2.5		植物油	1				
						豆板醤	0.3		長ねぎ	10				
						食塩	0.5		食塩	0.7				
						ごま油	0.5		しょうゆ	4				
						水	140		ごま油	0.5				
									ヨーグルト	70				

# 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

4月19日 月曜日			4月20日 火曜日			4月21日 水曜日			4月22日 木曜日			4月23日 金曜日		
牛乳 切り干しビビンバ チャプチェ 杏仁豆腐			牛乳 たけのご飯 サワラの竜田揚げ ほうれん草のごま和え 豚汁			牛乳 スパゲティミートソース 小松菜サラダ チョコチップマフィン			牛乳 ごはん 豚のしょうが焼き 里芋のそぼろ煮 呉汁			牛乳 セルフフィッシュバーガー ジャーマンポテト 米粉スープ		
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	75		米	90		スパゲティ	75		米	100		丸パン	70	
おおむぎ	2		水	108		水	36		水	120		水	35	
水	90		しょうゆ	1		オリーブオイル	2.5					ホキフライ	50	
豚ひき肉	35		たけのこ	25		豚ひき肉	25		豚もも肉	70		揚げ	8	
しょうが	0.5		油揚げ	5		ひきわり大豆	9		たまねぎ	40		キャベツ	30	
にんにく	0.5		清酒	1		にんにく	0.4		しょうが	2.5		中濃ソース	8	
植物油	1		しょうゆ	3		植物油	0.8		植物油	1				
砂糖	2		三温糖	2		たまねぎ	63		しょうゆ	6		じゃがいも	90	
しょうゆ	1.5		だし汁	1		にんじん	18		みりん	2		ベーコン	6	
清酒	1					セロリ	4.5		清酒	1.5		たまねぎ	15	
豆板醤	0.2		サワラの竜田揚	50		ケチャップ	16		でん粉	0.5		にんにく	0.3	
赤みそ	2.5		揚げ	6		ダイストマト	22					パセリ	0.4	
みりん	3					ウスターソース	4.5		カットさと芋	40		植物油	0.5	
にんじん	12		ほうれん草	50		赤ワイン	0.9		でん粉	2.4		食塩	0.4	
大豆もやし	10		にんじん	10		バター	0.9		鶏ひき肉	12		こしょう	0.02	
ほうれん草	15		もやし	40		砂糖	0.45		しょうが	0.4				
切干大根	3		すりごま	3		食塩	0.45		植物油	0.5		鶏もも小間	15	
白いりごま	2		砂糖	2		こしょう	0.02		こまつな	7		植物油	0.5	
ごま油	1.5		しょうゆ	3		粉チーズ	2.5		冷さやいんげん	4		たまねぎ	30	
食塩	0.6								三温糖	1.2		にんじん	12	
			豚もも肉	12		こまつな	20		しょうゆ	4		はくさい	25	
豚肩肉	15		植物油	1		キャベツ	45		清酒	0.8		ほうれん草	10	
清酒	2		じゃがいも	12		きゅうり	8		みりん	0.8		とうもろこし	8	
植物油	1		だいこん	12		とうもろこし	15		だし汁	16		食塩	1	
キャベツ	20		はくさい	15		ライトツナ	8					チキンピュイオン	5	
にんじん	12		にんじん	10		植物油	2		油揚げ	8		牛乳	55	
干しいたけ	0.5		こんにゃく	8		穀物酢	1.2		植物油	0.5		米粉	4	
にら	5		木綿豆腐	25		レモン汁	0.5		だいこん	20		バター	4	
コチジャン	0.5		長ねぎ	5		砂糖	1.2		にんじん	12		生クリーム	1.5	
砂糖	2		白みそ	12		しょうゆ	1		はくさい	20		こしょう	0.02	
しょうゆ	4		だしパック	2		食塩	0.4		えのきたけ	5		水	80	
にんにく	0.1		水	140		こしょう	0.02		ごぼう	5				
でん粉春雨	12								長ねぎ	10				
ごま油	1					小麦粉	20		大豆	8				
白いりごま	1					ベーキングパウ	1.2		白みそ	12				
						液卵	12		だしパック	2				
やわらか杏仁豆	45					牛乳	10		水	150				
みかん缶詰	20					バター	5							
パイ	15					グラニュー糖	12							
黄桃缶	20					チョコ	6							
砂糖	3					マフィンカップ	10							
水	30													

# 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

4月26日 月曜日			4月27日 火曜日			4月28日 水曜日			4月29日 木曜日			4月30日 金曜日		
牛乳 カレーピラフ 揚げじゃがトマト煮 野菜スープ アセロラゼリー			牛乳 こぎつねごはん サケの塩焼き きんぴらごぼう かきたま汁			牛乳 ごはん 酢豚 ナムル わかめスープ								
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							
米	90		米	90		米	100							
カレー粉	0.2		おおむぎ	3										
チキンブイヨン	1		しょうゆ	1		豚もも肉	32							
水	108		水	108		しょうゆ	0.96							
鶏むね肉	10		油揚げ	12		しょうが	0.4							
植物油	1		鶏ひき肉	10		清酒	0.8							
たまねぎ	20		白いりごま	2.5		でん粉	8							
にんじん	10		しょうゆ	3		じゃがいも	32							
グリーンピース	3		三温糖	2.5		揚げ油	5							
赤ピーマン	3		清酒	1		にんじん	20							
食塩	0.8		みりん	1		たまねぎ	32							
カレー粉	0.4					たけのこ	8							
こしょう	0.02		サケ塩	50		ピーマン	4							
						干しいたけ	0.8							
冷凍ポテト	70		ごぼう	30		うずら卵	9.6							
揚げ油	6		にんじん	12		植物油	0.8							
豚ひき肉	15		豚肩肉	6		砂糖	2							
赤ワイン	1		さつまあげ	5		しょうゆ	5.6							
大豆	10		つきこんにゃく	8		ケチャップ	4							
にんじん	12		干しいたけ	0.5		穀物酢	2.4							
たまねぎ	35		冷さやいんげん	5		でん粉	0.64							
エリンギ	5		ごま油	1										
えだまめ	5		しょうゆ	2.5		ほうれん草	30							
にんにく	0.3		三温糖	1.5		にんじん	15							
オリーブオイル	1		清酒	1		大豆もやし	35							
ダイストマト	20		みりん	1		ぜんまい	6							
中濃ソース	2		だし汁	4		しょうゆ	3							
砂糖	0.4					穀物酢	2.5							
食塩	0.6		木綿豆腐	30		ごま油	1.2							
こしょう	0.03		ほうれん草	20		食塩	0.2							
			たまねぎ	20		砂糖	0.8							
キャベツ	35		えのきたけ	8										
にんじん	10		卵	20		冷わかめ	12							
こまつな	12		でん粉	1		木綿豆腐	25							
さつまいも	15		みつば	3		にんじん	15							
ベーコン	8		食塩	0.6		はくさい	25							
たまねぎ	30		しょうゆ	3		こまつな	10							
セロリ	3		清酒	1		長ねぎ	5							
チキンブイヨン	5		だしパック	2		しょうが	0.2							
食塩	1		水	140		しょうゆ	3							
こしょう	0.03					食塩	0.8							
水	140					ポークブイヨン	6							
						白いりごま	1.5							
アセロラゼリー	40					ごま油	0.5							