食物アレルギー対応確認用詳細献立表

月　日　月曜日			1月11日　火曜日			1月12日　水曜日			1月13日　木曜日			1月14日　金曜日		
			牛乳 七草ごはん イワシのごまフライ 切干大根の煮物 雑煮汁			牛乳 根菜ピラフ 小松菜サラダ キャロットシチュー			牛乳 ごはん　じゃこふりかけ ホッケの一夜干し のり酢和え 豆乳みそ汁　みかん			牛乳 ポークカレーライス ブロッコリーソテー フルーツヨーグルト		
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	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00	
			米	95.00		米	90.00		米	100.00		米	95.00	
			水	114.00		チキンブイヨン	2.00		水	120.00		麦	2.00	
			菜めしご飯の素	2.00		水	114.00					水	114.00	
			七草きざみ	0.15		豚肩肉	10.00		ちりめんじゃこ	6.00		豚肩肉	30.00	
						植物油	1.00		白いりごま	3.00		赤ワイン	3.00	
			いわしゴマフラ	40.00		れんこん	10.00		かつおぶし	1.00		しょうが	0.50	
			揚油	5.00		にんじん	5.00		砂糖	0.50		にんにく	0.50	
						ごぼう	8.00		しょうゆ	1.00		植物油	1.00	
			切干大根	5.00		パセリ	0.50		みりん	1.00		じゃがいも	40.00	
			油揚げ	3.00		豆乳バター	1.50					にんじん	20.00	
			にんじん	15.00		食塩	0.20		ホッケー夜干し	50.00		たまねぎ	50.00	
			つきこんにゃく	10.00		しょうゆ	2.00					とろけるカレー	8.00	
			さつまあげ	5.00		清酒	1.00		ほうれん草	25.00		ゴールデンカレ	8.00	
			干しいたけ	0.50		こしょう	0.04		もやし	70.00		ウスターソース	1.00	
			冷さやいんげん	3.00					ライトツナ	10.00		アップルソース	5.00	
			植物油	1.00		こまつな	20.00		のり	0.50		チャツネ	5.00	
			三温糖	2.40		キャベツ	40.00		穀物酢	3.00		ケチャップ	2.50	
			しょうゆ	4.50		きゅうり	8.00		しょうゆ	3.50		こしょう	0.02	
			みりん	2.00		とうもろこし	15.00					水	70.00	
			清酒	1.00		ライトツナ	8.00		豚もも肉	12.00				
			だし汁	10.00		植物油	2.00		植物油	1.00		冷凍ブロッコリ	35.00	
						穀物酢	1.20		じゃがいも	25.00		ベーコン	8.00	
			鶏もも小間	12.00		レモン汁	0.50		たまねぎ	20.00		カリフラワ―	10.00	
			煮込みもち	30.00		砂糖	1.20		だいこん	15.00		しめじ	8.00	
			祝いなると	10.00		しょうゆ	1.00		にんじん	10.00		とうもろこし	15.00	
			にんじん	12.00		食塩	0.40		こんにゃく	10.00		白ワイン	1.00	
			さといも	15.00		こしょう	0.02		こまつな	10.00		こしょう	0.04	
			こまつな	15.00					長ねぎ	10.00		しょうゆ	1.00	
			ごぼう	5.00		鶏もも小間	10.00		白みそ	11.00		食塩	0.20	
			長ねぎ	10.00		じゃがいも	35.00		調整豆乳	20.00		植物油	1.00	
			しょうが	0.30		にんじん	20.00		だしパック	2.00				
			だしパック	2.00		たまねぎ	25.00		水	110.00		ヨーグルト	50.00	
			清酒	1.00		ほうれん草	8.00					アロエ	10.00	
			みりん	1.00		しめじ	5.00		みかん	70.00		パイン	20.00	
			しょうゆ	2.00		人参ペースト	30.00					黄桃缶	15.00	
			食塩	0.70		食塩	1.00					みかん缶詰	15.00	
			水	140.00		こしょう	0.02							
						チキンブイヨン	6.00							
						小麦粉	6.00							
						バター	6.00							
						牛乳	60.00							
						生クリーム	2.00							
						水	50.00							

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

1月17日		月曜日	1月18日		火曜日	1月19日		水曜日	1月20日		木曜日	1月21日		金曜日
牛乳 あんかけチャーハン ごまだれバンサンスウ 肉まん はちみつレモンゼリー			牛乳 サンマのかば焼き丼 ひじきの炒め煮 みぞれ汁			牛乳 セルフフィッシュバーガー カレージャーマンポテト かぶのスープ りんご			牛乳 かやくごはん ハンバーグのおろしソース 野菜炒め なめこの味噌汁			牛乳 ごはん サバの味噌煮 茎わかめのきんぴら かきたま汁		
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	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00	
米	90.00		米	100.00		丸パン	70.00		米	90.00		米	100.00	
麦	3.00		水	120.00		水	35.00		麦	2.00		水	120.00	
水	108.00		さんま澱粉付	50.00		タラフライ	60.00		水	108.00				
長ねぎ	10.00		揚油	5.00		揚油	8.00		しょうゆ	1.00		さば　切身	50.00	
にんにく	0.50		しょうが	1.50		キャベツ	30.00		鶏むね肉	10.00		しょうが	2.30	
食塩	0.30		しょうゆ	6.00		中濃ソース	4.00		ごぼう	5.00		長ねぎ	9.00	
こしょう	0.05		みりん	2.50					にんじん	5.00		赤みそ	9.00	
植物油	1.00		砂糖	4.50		じゃが芋	70.00		しらたき	5.00		三温糖	8.10	
豚ひき肉	15.00		清酒	1.20		ベーコン	6.00		干しいたけ	0.60		しょうゆ	2.20	
植物油	1.00		水	1.00		たまねぎ	20.00		白いりごま	1.50		清酒	2.70	
こまつな	12.00		白いりごま	1.50		にんにく	0.32		三温糖	3.00		みりん	2.70	
干ししいたけ	1.00					パセリ	0.40		清酒	1.00		水	13.00	
えのきたけ	6.00		乾燥ひじき	3.50		豆乳バター	0.80		みりん	1.50				
たけのこ	10.00		植物油	0.50		植物油	0.50		しょうゆ	3.00		茎わかめ	15.00	
卵	15.00		豚肩肉	10.00		カレー粉	0.30					豚肩肉	12.00	
水	30.00		油揚げ	5.00		食塩	0.20		ハンバーグ	60.00		ごぼう	8.00	
食塩	0.60		しらたき	8.00					だいこん	40.00		にんじん	12.00	
清酒	1.00		にんじん	10.00		かぶ	30.00		しょうが	0.20		つきこんにゃく	10.00	
しょうゆ	1.50		さつまあげ	10.00		かぶ葉	5.00		みりん	2.00		干しいたけ	0.50	
ポークブイヨン	5.00		大豆	8.00		とうもろこし	10.00		しょうゆ	2.00		植物油	1.00	
オイスターソー	1.00		三温糖	2.50		こまつな	15.00		清酒	1.00		しょうゆ	3.50	
でん粉	2.00		しょうゆ	3.50		にんじん	10.00					三温糖	1.50	
			みりん	1.00		鶏もも小間	12.00		豚肩肉	10.00		みりん	1.00	
春雨	10.00		だし汁	8.00		しいたけ	3.00		にんにく	0.50		清酒	1.00	
鶏ささみ	10.00					たまねぎ	20.00		キャベツ	45.00				
きゅうり	8.00		だいこん	30.00		チキンブイヨン	5.00		にんじん	10.00		木綿豆腐	30.00	
にんじん	12.00		木綿豆腐	25.00		食塩	1.00		こまつな	8.00		ほうれん草	20.00	
もやし	30.00		はくさい	30.00		こしょう	0.02		もやし	20.00		たまねぎ	30.00	
ごま油	1.00		にんじん	10.00		水	140.00		にんにく	0.50		卵	20.00	
砂糖	0.40		ほうれん草	10.00					植物油	0.50		でん粉	1.00	
しょうゆ	3.20		ごぼう	3.00		りんご	40.00		しょうゆ	2.00		みつば	3.00	
穀物酢	2.50		長ねぎ	5.00					食塩	0.20		食塩	0.60	
食塩	0.15		食塩	0.70					こしょう	0.02		しょうゆ	3.00	
こしょう	0.01		しょうゆ	4.00								清酒	1.00	
ラー油	0.20		清酒	1.00					なめこ	15.00		だしパック	2.00	
ねりごま	1.50		だしパック	2.00					だいこん	20.00		水	140.00	
すりごま	3.00		でん粉	0.50					はくさい	30.00				
			水	140.00					木綿豆腐	20.00				
肉まん	40.00								油揚げ	8.00				
									長ねぎ	5.00				
はちみつレモン	40.00								白みそ	12.00				
									だしパック	2.00				
									水	140.00				

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

1月24日		月曜日	1月25日		火曜日	1月26日		水曜日	1月27日		木曜日	1月28日		金曜日
牛乳 サフランライスのクリームソースかけ ヒュッツポット オランダのトマトスープ			牛乳 ごはん 味噌カツ キャベツの即席漬け チンゲン菜のすまし汁			牛乳 ほうとう 千草焼き 焼麩とつくねの煮物 レーズンマフィン			牛乳 ゆかりごはん 小アジの南蛮漬け 小松菜のごま和え イワシのだんご汁　みそピーナツ			牛乳 ハヤシライス 海藻サラダ フルーツポンチ		
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	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00	
米	95.00		米	100.00		ほうとう	110.00		米	92.00		米	95.00	
サフランライス	1.00		水	120.00		鶏もも小間	15.00		麦	3.00		水	114.00	
水	114.00					油揚げ	5.00		水	114.00		豚肩肉	40.00	
鶏むね肉	20.00		豚ロース切身	40.00		かぼちゃ	30.00		ゆかり	2.00		にんにく	0.30	
植物油	0.50		食塩	0.10		にんじん	10.00		白いりごま	3.00		しょうが	0.30	
にんじん	10.00		こしょう	0.01		さといも	10.00					マッシュルーム	8.00	
たまねぎ	40.00		小麦粉	12.00		こまつな	6.00		小アジ澱粉付き	20.00		にんじん	20.00	
しめじ	10.00		水	8.00		長ねぎ	6.00		揚油	3.00		たまねぎ	60.00	
パセリ	0.50		乾燥パン粉	10.00		ごぼう	8.00		長ねぎ	1.80		グリンピース	5.00	
バター	5.00		揚油	5.00		まいたけ	5.00		唐辛子	0.01		植物油	1.00	
小麦粉	5.00		八丁味噌	2.00		赤みそ	12.00		砂糖	1.20		ダイストマト	10.00	
牛乳	40.00		赤みそ	4.50		だしパック	2.00		しょうゆ	0.90		ケチャップ	1.50	
食塩	0.80		みりん	3.50		水	125.00		穀物酢	0.90		ハヤシフレーク	16.00	
こしょう	0.03		砂糖	3.50		しょうゆ	3.00		水	3.00		赤ワイン	1.00	
チキンブイヨン	4.00		清酒	1.00								中濃ソース	1.50	
水	26.00		すりごま	0.50		千草焼き	60.00		こまつな	50.00		バター	0.50	
生クリーム	1.00		水	3.00					にんじん	10.00		水	82.00	
						つくね	25.00		もやし	40.00				
じゃがいも	50.00		キャベツ	65.00		お麩	2.50		すりごま	3.00		海草サラダ	0.50	
たまねぎ	10.00		きゅうり	10.00		にんじん	12.00		砂糖	2.00		冷わかめ	10.00	
にんじん	20.00		にんじん	5.00		だいこん	25.00		しょうゆ	3.00		キャベツ	40.00	
とうもろこし	10.00		しそ	1.00		つきこんにゃく	8.00					ライトツナ	8.00	
食塩	0.45		しょうが	0.50		干しいたけ	0.50		いわし団子	20.00		にんじん	10.00	
こしょう	0.04		食塩	0.20		冷さやいんげん	5.00		しょうが	0.30		とうもろこし	12.00	
チキンブイヨン	1.50		しょうゆ	1.50		植物油	1.00		だいこん	20.00		植物油	3.50	
豆乳バター	2.00		穀物酢	1.00		三温糖	2.00		にんじん	10.00		穀物酢	3.50	
			白いりごま	0.50		しょうゆ	4.50		はくさい	25.00		しょうゆ	2.50	
ミートボール	35.00					清酒	1.00		しめじ	5.00		食塩	0.30	
キャベツ	25.00		チンゲン菜	15.00		みりん	1.00		木綿豆腐	20.00		砂糖	0.80	
たまねぎ	20.00		かまぼこ	8.00		だし汁	20.00		わけねぎ	6.00		こしょう	0.02	
セロリ	5.00		木綿豆腐	30.00		でん粉	1.00		白みそ	12.00				
ほうれん草	10.00		だいこん	25.00					だしパック	2.00		カクテルゼリー	30.00	
ダイストマト	20.00		しいたけ	3.00		小麦粉	20.00		水	140.00		寒天	10.00	
チキンブイヨン	6.00		ごぼう	3.00		ベーキングパウ	1.20					みかん缶詰	10.00	
食塩	0.90		長ねぎ	10.00		液卵	12.00		みそピーナツ	25.00		パイン	12.00	
砂糖	0.50		清酒	1.00		牛乳	10.00					黄桃缶	15.00	
こしょう	0.02		食塩	0.70		バター	5.00					砂糖	3.00	
水	140.00		しょうゆ	3.00		グラニュー糖	12.00					水	30.00	
			だしパック	2.00		レーズン	8.00							
			水	150.00		マフィンカップ	10.00							

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

1月31日 月曜日			月　日 火曜日			月　日 水曜日			月　日 木曜日			月　日 金曜日		
牛乳 ビビンバ 中華ラビオリ ワンタンスープ														
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	206.00													
米	75.00													
麦	2.00													
水	90.00													
豚ひき肉	35.00													
しょうが	0.50													
にんにく	0.50													
植物油	1.00													
砂糖	2.00													
しょうゆ	1.50													
清酒	1.00													
豆板醤	0.20													
赤みそ	2.50													
みりん	3.00													
にんじん	15.00													
ほうれん草	25.00													
切干大根	3.00													
白いりごま	2.00													
ごま油	1.50													
食塩	0.60													
中華ラビオリ	50.00													
揚油	5.00													
豚肩肉	10.00													
ワンタンの皮	10.00													
もやし	25.00													
しめじ	8.00													
しいたけ	3.00													
卵	20.00													
でん粉	0.50													
長ねぎ	5.00													
こまつな	10.00													
ポークブイヨン	5.00													
食塩	0.50													
しょうゆ	2.00													
こしょう	0.03													
水	150.00													