

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 ポークカレーライス（市販ルウ） ごまドレサラダ いちごクレープ（乳・卵不使用） | | | 牛乳 白飯 小あじの南蛮漬け 豚肉と野菜のみそ炒め イワシの団子汁 みかん | | | 牛乳 シナモントースト 鶏肉と大豆のトマト煮 白菜とベーコンのスープ | | | 牛乳 キムタクごはん 春巻 水ぎょうざ 元気ヨーグルト | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | こめ | 100.00 | | こめ | 100.00 | | * 食パン | 80.00 | | こめ | 90.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 水 | 106.00 | | 水 | 106.00 | | 水 | 40.00 | | * しょうゆ | 1.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * ぶたにく | 20.00 | | | | | ソフトタイプ | 6.00 | | 水 | 108.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | じゃがいも | 40.00 | | 小あじ | 30.00 | | グラニュー糖 | 8.00 | | キムチ | 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | たまねぎ | 60.00 | | でん粉 | 3.00 | | シナモン | 0.08 | | * つば漬 | 12.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | にんじん | 20.00 | | * 大豆白絞油 | 3.00 | | | | | * ぶたにく | 12.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | しょうが | 0.70 | | ねぎ | 2.00 | | | | | わけぎ | 5.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | にんにく | 0.70 | | * 唐辛子 | 0.01 | | にんにく | 0.30 | | * 白炒りごま | 2.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * サラダ油 | 1.00 | | 砂糖 | 1.00 | | オリーブ油 | 1.00 | | ごま油 | 0.50 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * カレールウ | 15.00 | | * しょうゆ | 1.00 | | たまねぎ | 40.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * りんご | 2.00 | | 穀物酢 | 1.00 | | にんじん | 15.00 | | * 春巻き | 50.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * チャツネ | 3.00 | | 水 | 5.00 | | じゃがいも | 40.00 | | * 大豆白絞油 | 5.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * しょうゆ | 1.00 | | | | | * だいず | 10.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | ウスターソース | 2.00 | | * ぶたにく | 25.00 | | きやいんげん | 5.00 | | * ぎょうざ | 30.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | ケチャップ | 5.00 | | * しょうゆ | 2.00 | | トマト | 50.00 | | にんじん | 15.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | コンソメ [®] -ルト | 1.00 | | 清酒 | 1.00 | | 水 | 30.00 | | たまねぎ | 30.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 食塩 | 0.30 | | しょうが | 0.30 | | ぶどう酒 | 1.00 | | ねぎ | 20.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | カレー粉 | 0.30 | | キャベツ | 20.00 | | コンソメ [®] -ルト | 0.60 | | 小松菜 | 15.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | スパイス | 0.08 | | たまねぎ | 30.00 | | 砂糖 | 0.70 | | * 鶏がらスープ | 0.80 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | マサラマイルド | 0.08 | | にんじん | 10.00 | | ケチャップ | 4.00 | | * しょうゆ | 1.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | オールスパイス | 0.06 | | ピーマン | 5.00 | | * ソース | 3.00 | | 食塩 | 0.40 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 水 | 50.00 | | * みそ | 3.00 | | 食塩 | 0.20 | | こしょう 混 | 0.03 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * チーズ | 3.00 | | * テンメンジャン | 3.00 | | こしょう | 0.02 | | 水 | 140.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | * しょうゆ | 1.00 | | | | | ごま油 | 0.50 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | キャベツ | 40.00 | | 清酒 | 1.00 | | ベーコン | 10.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | だいこん | 30.00 | | 砂糖 | 1.00 | | はくさい | 35.00 | | 元気ヨーグルト | 80.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | きゅうり | 10.00 | | * サラダ油 | 2.00 | | たまねぎ | 30.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | にんじん | 10.00 | | でん粉 | 1.00 | | にんじん | 10.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | わかめ | 0.40 | | 水 | 2.00 | | コーン | 10.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * サラダ油 | 1.50 | | | | | 小松菜 | 10.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | ごま油 | 0.50 | | * いわし団子 | 25.00 | | コンソメ [®] -ルト | 1.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 砂糖 | 1.00 | | しょうが | 0.30 | | * しょうゆ | 1.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * しょうゆ | 2.00 | | だいこん | 20.00 | | 食塩 | 0.50 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 穀物酢 | 1.50 | | にんじん | 10.00 | | こしょう | 0.03 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 食塩 | 0.20 | | わけぎ | 10.00 | | 水 | 135.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | こしょう | 0.02 | | * とうふ | 20.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * 白炒りごま | 1.00 | | * みそ | 12.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | すりごま | 1.00 | | さば節 | 2.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 水 | 130.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | * フレンズクレープ | 30.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | みかん | 88.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

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 根菜ピラフ いわしの胡麻フライ クラムチャウダー | | | 牛乳 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグおろしソース じゃがいものきんぴら 呉汁 | | | 牛乳 ごま豆乳坦々麺 揚げしゅうまい 中華サラダ プリン | | | 牛乳 バターライス 鶏肉の風味焼き 野菜ソテー オニオンスープ | | | 牛乳 白飯 さばの味噌煮 ごま和え 沢煮椀 | | |
| 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 | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| こめ | 90.00 | | こめ | 85.00 | | 中華めん | 135.00 | | こめ | 100.00 | | こめ | 100.00 | |
| 水 | 114.00 | | 水 | 100.00 | | * サラダ油 | 3.00 | | 水 | 106.00 | | 水 | 106.00 | |
| * ぶたにく | 10.00 | | * きざみあげ | 10.00 | | * ぶたにく | 20.00 | | * 無塩バター | 2.70 | | | | |
| にんにく | 0.70 | | とりにく | 15.00 | | 清酒 | 1.00 | | コンノゴールド | 1.20 | | * さば | 50.00 | |
| オリーブ油 | 1.00 | | にんじん | 5.00 | | にんにく | 1.00 | | パセリ 乾 | 0.05 | | みかんピューレ | 6.00 | |
| にんじん | 5.00 | | * しょうゆ | 4.00 | | しょうが | 1.00 | | | | | * みそ | 6.00 | |
| れんこん | 10.00 | | 砂糖 | 2.00 | | * サラダ油 | 1.00 | | * とりにく | 60.00 | | 清酒 | 4.50 | |
| ごぼう | 10.00 | | 清酒 | 1.00 | | にんじん | 12.00 | | 食塩 | 0.10 | | 砂糖 | 5.25 | |
| パセリ 乾 | 0.02 | | みりん | 1.00 | | ねぎ | 25.00 | | こしょう | 0.03 | | みりん | 5.00 | |
| コンノゴールド | 0.70 | | * 白炒りごま | 2.00 | | もやし | 25.00 | | ぶどう酒 | 1.50 | | * しょうゆ | 2.00 | |
| * しょうゆ | 1.00 | | | | | にら | 5.00 | | * クリーム | 3.00 | | しょうが | 1.50 | |
| ぶどう酒 | 1.00 | | * 豆腐ハンバーグ | 50.00 | | チンゲンサイ | 12.00 | | たまねぎ | 3.00 | | ねぎ | 3.00 | |
| 食塩 | 0.50 | | だいこん | 15.00 | | * 鶏豚湯 | 10.00 | | にんにく | 0.50 | | 水 | 20.00 | |
| こしょう | 0.04 | | 砂糖 | 0.80 | | * とうにゅう | 40.00 | | * パン粉 | 2.00 | | | | |
| | | | みりん | 0.60 | | 水 | 80.00 | | パセリ 乾 | 0.01 | | 小松菜 | 30.00 | |
| * いわし | 40.00 | | * しょうゆ | 1.30 | | * テンメンジャン | 2.00 | | * 無塩バター | 0.90 | | もやし | 20.00 | |
| * 大豆白絞油 | 3.00 | | | | | * みそ | 5.00 | | | | | にんじん | 10.00 | |
| | | | じゃがいも | 30.00 | | ねりごま | 3.00 | | ベーコン | 8.00 | | 砂糖 | 1.00 | |
| * とりにく | 10.00 | | にんじん | 10.00 | | * しょうゆ | 0.70 | | にんにく | 0.60 | | * しょうゆ | 3.00 | |
| ベーコン | 5.00 | | さつまあげ | 10.00 | | 清酒 | 1.00 | | * サラダ油 | 1.00 | | ねりごま | 2.00 | |
| あさり | 5.00 | | さやいんげん | 5.00 | | トウバンジャ | 0.36 | | キャベツ | 30.00 | | すりごま | 2.00 | |
| じゃがいも | 30.00 | | * サラダ油 | 1.00 | | 食塩 | 0.12 | | にんじん | 10.00 | | | | |
| にんじん | 20.00 | | 砂糖 | 1.50 | | こしょう | 0.02 | | ピーマン | 5.00 | | * ぶたにく | 15.00 | |
| たまねぎ | 50.00 | | * しょうゆ | 3.00 | | すりごま | 1.00 | | とうもろこし | 10.00 | | にんじん | 10.00 | |
| * 薄力粉 | 7.00 | | 清酒 | 1.00 | | ごま油 | 0.50 | | 食塩 | 0.40 | | だいこん | 20.00 | |
| * バター | 7.00 | | みりん | 1.00 | | | | | コンノゴールド | 0.60 | | ごぼう | 10.00 | |
| * 牛乳 | 70.00 | | * 白炒りごま | 1.00 | | * しゅうまい | 60.00 | | こしょう | 0.02 | | たけのこ | 5.00 | |
| コンノゴールド | 0.80 | | | | | * 大豆白絞油 | 3.30 | | * しょうゆ | 0.40 | | えのきたけ | 5.00 | |
| ぶどう酒 | 1.00 | | * クラッシュ大豆 | 20.00 | | | | | | | | 清酒 | 1.00 | |
| 食塩 | 0.60 | | * ぶたにく | 10.00 | | キャベツ | 30.00 | | たまねぎ | 20.00 | | 食塩 | 0.60 | |
| こしょう | 0.03 | | 清酒 | 1.00 | | とうもろこし | 10.00 | | * サラダ油 | 1.00 | | * しょうゆ | 0.80 | |
| パセリ | 2.00 | | * サラダ油 | 1.00 | | きゅうり | 12.00 | | * ぶたにく | 10.00 | | ごま油 | 0.50 | |
| 水 | 100.00 | | にんじん | 10.00 | | わかめ | 0.40 | | 清酒 | 1.00 | | * サバ節 | 3.00 | |
| | | | ねぎ | 20.00 | | ごま油 | 1.50 | | * サラダ油 | 1.00 | | 水 | 130.00 | |
| | | | * みそ | 12.00 | | 穀物酢 | 1.50 | | たまねぎ | 30.00 | | | | |
| | | | * サバ節 | 3.00 | | 砂糖 | 1.00 | | にんじん | 10.00 | | | | |
| | | | 昆布 | 0.50 | | 食塩 | 0.20 | | じゃがいも | 25.00 | | | | |
| | | | 水 | 120.00 | | * しょうゆ | 2.00 | | 小松菜 | 15.00 | | | | |
| | | | | | | | | | コンノゴールド | 1.00 | | | | |
| | | | | | | * プリン | 85.00 | | * しょうゆ | 1.00 | | | | |
| | | | | | | | | | 食塩 | 0.60 | | | | |
| | | | | | | | | | こしょう | 0.03 | | | | |
| | | | | | | | | | 水 | 130.00 | | | | |

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 野沢菜チャーハン 豚肉と蓮根の黒酢炒め 白菜とうずら卵の中華スープ お米のムース | | | 牛乳 フィッシュバーガー 千キャベツ ヒュッツポット(ワナダ) ミートボールのトマトスープ | | | 牛乳 白飯 ぶりの照り焼き 大豆の磯煮 せんべい汁 | | | 牛乳 いわしのかば焼き丼 磯香和え かぶの味噌汁 | | | 牛乳 親子丼 のっぺい汁 フルーツのゼリー和え | | |
| 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 | |
| こめ | 88.00 | | * 丸パン | 70.00 | | こめ | 100.00 | | こめ | 100.00 | | こめ | 100.00 | |
| 水 | 100.00 | | 水 | 35.00 | | 水 | 106.00 | | 水 | 105.00 | | 水 | 120.00 | |
| のぎわな漬 | 10.00 | | * 白身魚フライ | 60.00 | | | | | いわし | 50.00 | | * とりにく | 30.00 | |
| * サラダ油 | 1.00 | | * 大豆白絞油 | 6.00 | | ぶり | 50.00 | | でん粉 | 5.00 | | * たまご | 35.00 | |
| ちりめん | 5.00 | | * ソース | 3.00 | | * しょうゆ | 2.00 | | * 大豆白絞油 | 5.00 | | でん粉 | 0.50 | |
| にんじん | 5.00 | | * チーズ | 20.00 | | 清酒 | 2.00 | | しょうが | 1.00 | | たまねぎ | 55.00 | |
| ねぎ | 5.00 | | | | | みりん | 1.00 | | 砂糖 | 4.00 | | にんじん | 10.00 | |
| ごま | 1.00 | | キャベツ | 50.00 | | | | | みりん | 2.50 | | わけぎ | 5.00 | |
| * 中華スープ ストック | 0.80 | | 食塩 | 0.20 | | * 大豆 | 15.00 | | * しょうゆ | 4.00 | | ねぎ | 10.00 | |
| * しょうゆ | 2.00 | | | | | ひじき | 2.00 | | 水 | 12.50 | | 砂糖 | 3.00 | |
| 食塩 | 0.30 | | じゃがいも | 50.00 | | にんじん | 10.00 | | | | | * しょうゆ | 7.00 | |
| こしょう | 0.03 | | オリーブ油 | 0.80 | | たけのこ | 7.00 | | 小松菜 | 30.00 | | みりん | 2.00 | |
| | | | * ウィンナー | 5.00 | | こんにゃく | 10.00 | | にんじん | 10.00 | | 清酒 | 1.00 | |
| * ぶたにく | 25.00 | | たまねぎ | 25.00 | | さつまあげ | 7.00 | | もやし | 20.00 | | かつお・昆布 | 10.00 | |
| しょうが | 0.50 | | にんじん | 15.00 | | 砂糖 | 1.50 | | のり | 0.50 | | | | |
| にんにく | 0.50 | | * コンソメ | 0.40 | | * しょうゆ | 2.00 | | * しょうゆ | 3.00 | | にんじん | 10.00 | |
| * サラダ油 | 1.00 | | 食塩 | 0.20 | | みりん | 1.50 | | みりん | 1.00 | | だいこん | 20.00 | |
| たけのこ | 10.00 | | こしょう | 0.02 | | 清酒 | 1.00 | | | | | さといも | 25.00 | |
| たまねぎ | 30.00 | | | | | 水 | 30.00 | | * きざみあげ | 5.00 | | 小松菜 | 15.00 | |
| れんこん | 20.00 | | * ミートボール | 25.00 | | | | | たまねぎ | 30.00 | | ごぼう | 10.00 | |
| でん粉 | 2.00 | | たまねぎ | 30.00 | | 南部せんべい | 10.00 | | かぶ | 40.00 | | こんにゃく | 10.00 | |
| 赤ピーマン | 3.00 | | にんじん | 10.00 | | * とり肉 | 15.00 | | かぶ葉 | 10.00 | | * とうふ | 30.00 | |
| ピーマン | 3.00 | | マッシュルーム | 10.00 | | ごぼう | 10.00 | | ねぎ | 20.00 | | * あぶらあげ | 5.00 | |
| * 大豆白絞油 | 4.00 | | キャベツ | 20.00 | | だいこん | 10.00 | | * みそ | 6.50 | | * しょうゆ | 2.00 | |
| * しょうゆ | 3.00 | | セロリー | 5.00 | | にんじん | 10.00 | | * みそ | 6.50 | | 食塩 | 0.80 | |
| 穀物酢 | 2.00 | | トマト | 10.00 | | はくさい | 20.00 | | * サバ節 | 3.00 | | 清酒 | 1.00 | |
| * 中華スープ ストック | 0.30 | | トマトソース | 12.00 | | えのきたけ | 7.00 | | 昆布 | 0.50 | | * サバ節 | 3.00 | |
| 清酒 | 1.00 | | ぶどう酒 | 1.00 | | ねぎ | 10.00 | | 水 | 135.00 | | 水 | 160.00 | |
| でん粉 | 1.00 | | コンソメ ¹ | 0.70 | | 小松菜 | 15.00 | | | | | でん粉 | 1.00 | |
| 水 | 2.00 | | 食塩 | 0.40 | | * サバ節 | 2.00 | | | | | 水 | 1.00 | |
| | | | こしょう | 0.04 | | 水 | 120.00 | | | | | | | |
| * とりにく | 10.00 | | 水 | 150.00 | | * しょうゆ | 3.00 | | | | | * ダイスイゼリー (マスカット) | 40.00 | |
| にんじん | 10.00 | | | | | みりん | 2.00 | | | | | * 黄桃缶 | 30.00 | |
| たまねぎ | 20.00 | | | | | 食塩 | 0.30 | | | | | パイナップル | 25.00 | |
| じゃがいも | 20.00 | | | | | | | | | | | 寒天 | 5.00 | |
| はくさい | 20.00 | | | | | | | | | | | | | |
| 小松菜 | 15.00 | | | | | | | | | | | | | |
| * うずら卵 | 20.00 | | | | | | | | | | | | | |
| * 中華スープ ストック | 1.00 | | | | | | | | | | | | | |
| 食塩 | 0.80 | | | | | | | | | | | | | |
| * しょうゆ | 0.50 | | | | | | | | | | | | | |
| こしょう | 0.03 | | | | | | | | | | | | | |
| 水 | 150.00 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| お米のムース | 40.00 | | | | | | | | | | | | | |

