

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

11月1日 月曜日			11月2日 火曜日			11月3日 水曜日			11月4日 木曜日			11月5日 金曜日		
牛乳 豚肉と大豆の中華ライス 肉団子の甘酢あんかけ 水ぎょうざ			牛乳 肉味噌丼 じゃがいものきんぴら フルーツのゼリー和え						牛乳 豚キムチ丼 坦々春雨スープ アセロラゼリー			牛乳 白飯 鮭のごまだれ焼き 青ねぎ入り彩り炒め さつまいもの味噌汁 みかんのババロア		
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	90.00		こめ	100.00					こめ	100.00		こめ	100.00	
水	108.00		水	100.00					水	106.00		水	106.00	
* ぶたにく	15.00		* クラッシュ大豆	10.00					* ぶたにく	25.00				
清酒	1.00		* ぶたにく	20.00					しょうが	0.30		* さけ	50.00	
にんにく	0.75		しょうが	1.00					にんにく	0.30		* 白炒りごま	2.00	
しょうが	0.75		* サラダ油	0.50					清酒	1.00		すりごま	2.00	
* サラダ油	1.00		清酒	1.50					植物油	1.00		清酒	1.00	
ねぎ	15.00		にんじん	15.00					たまねぎ	50.00		* しょうゆ	3.00	
にんじん	10.00		たまねぎ	20.00					にんじん	20.00		みりん	1.00	
* だいず	10.00		ねぎ	10.00					もやし	30.00		砂糖	2.00	
* 中華スープストック	0.50		ピーマン	8.00					キャベツ	50.00				
* しょうゆ	1.50		* みそ	8.00					にら	5.00		* ぶたにく	20.00	
食塩	0.50		砂糖	3.00					キムチ	20.00		しょうが	0.30	
こしょう	0.03		みりん	4.00					砂糖	0.25		にんにく	0.30	
ごま油	0.50		* しょうゆ	1.00					清酒	1.00		清酒	1.00	
			水	7.00					* しょうゆ	2.00		* サラダ油	1.00	
* ミートボール	50.00								* 中華スープストック	0.50		たまねぎ	30.00	
ピーマン	10.00		じゃがいも	40.00					* 白炒りごま	1.00		たけのこ	20.00	
赤ピーマン	5.00		にんじん	10.00					ごま油	0.50		にんじん	10.00	
* 大豆白絞油	4.00		こんにゃく	10.00								わけぎ	10.00	
たまねぎ	40.00		ごぼう	10.00					春雨	10.00		黄パプリカ	10.00	
ぶなしめじ	5.00		さつまあげ	10.00					水	20.00		食塩	0.50	
たけのこ	10.00		さやいんげん	5.00					* ぶたにく	10.00		こしょう	0.01	
* サラダ油	1.00		* サラダ油	1.00					清酒	1.00		* しょうゆ	2.00	
清酒	1.00		砂糖	1.50					にんにく	0.30				
砂糖	2.00		* しょうゆ	3.00					* サラダ油	1.00		さつまいも	30.00	
穀物酢	2.00		清酒	1.00					にんじん	10.00		だいこん	20.00	
* しょうゆ	2.00		みりん	1.00					にら	5.00		にんじん	10.00	
でん粉	1.50		* 白炒りごま	1.00					もやし	20.00		こんにゃく	15.00	
水	3.00								たまねぎ	10.00		ねぎ	10.00	
			* ダイスゼリー	40.00					きくらげ 乾	0.50		水	120.00	
* 水餃子	30.00		* 黄桃缶	30.00					ねりごま	3.00		* みそ	8.00	
にんじん	10.00		パイン	25.00					* しょうゆ	2.00				
たまねぎ	30.00		寒天	5.00					* 鶏がらスープ	0.80		みかんのババロア	40.00	
ねぎ	20.00								砂糖	0.50				
小松菜	15.00								豆板醤	0.20				
* 鶏がらスープ	0.80								* テンメンジャン	2.00				
* しょうゆ	1.00								食塩	0.10				
食塩	0.40								* とうにゅう	50.00				
こしょう 混	0.03								水	100.00				
水	140.00													
ごま油	0.50								アセロラゼリー	70.00				

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

11月8日 月曜日			11月9日 火曜日			11月10日 水曜日			11月11日 木曜日			11月12日 金曜日		
牛乳 ポークカレーライス ちりめん入りサラダ みかん			牛乳 さつまいもパン いわしフライ ねぎねぎポテト 流山産小松菜の米粉シチュー			牛乳 白飯 豚肉とじゃがいもの南蛮煮 ごま仕立ての味噌汁			牛乳 ひじきとベーコンのピラフ わかさぎフリッター もやしとコーンサラダ エビと卵のスープ ハニーピーナッツ			牛乳 ごぼうピラフ ペンネマカロニのミートソース煮 キャベツとウインナーのスープ		
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		* 牛乳	206.00		* 牛乳	206.00		* 牛乳	206.00		* 牛乳	206.00	
こめ	105.00		* さつまいもパン	70.00		こめ	100.00		こめ	90.00		こめ	90.00	
水	111.00		水	35.00		水	106.00		水	102.00		水	95.00	
* ぶたにく	20.00								* バター	1.00		ベーコン	0.00	
じゃがいも	60.00		* いわし	40.00		* ぶたにく	15.00		* しょうゆ	1.00		ごぼう	15.00	
たまねぎ	60.00		* 大豆白絞油	4.00		清酒	1.00		ひじき	1.30		にんじん	5.00	
にんじん	20.00					* サラダ油	1.00		* ベーコン	8.00		たまねぎ	10.00	
しょうが	0.70		* ベーコン	5.00		* 角揚げ	20.00		たまねぎ	15.00		にんにく	0.50	
にんにく	0.70		じゃがいも	80.00		じゃがいも	60.00		にんじん	10.00		* バター	0.90	
* サラダ油	1.00		にんにく	0.30		にんじん	10.00		* バター	1.50		コンソメ [®] -ルト [®]	0.50	
カレールウ	15.00		たまねぎ	20.00		ごぼう	20.00		* しょうゆ	2.00		* しょうゆ	1.50	
* りんご	2.00		ねぎ	20.00		こんにゃく	10.00		食塩	0.40		清酒	1.00	
* チャツネ	3.00		オリーブ油	0.50		砂糖	2.50		こしょう 混	0.03		食塩	0.20	
* しょうゆ	1.00		食塩	0.30		みりん	1.00		グリーンピース	3.00		こしょう	0.03	
ウスターソース	3.00		こしょう	0.02		* しょうゆ	3.50							
ケチャップ	5.00		コンソメ [®] -ルト [®]	0.20		* みそ	2.00		* わかさぎ	40.00		* マカロニ	30.00	
コンソメ [®] -ルト [®]	1.00					豆板醤	0.20		* 大豆白絞油	4.00		水	20.00	
食塩	0.50		* とりにく	20.00		だし	15.00					* ぶたにく	25.00	
こしょう	0.04		はくさい	30.00					もやし	50.00		にんにく	0.30	
カレー粉	1.20		たまねぎ	20.00					とうもろこし	15.00		* サラダ油	1.00	
スパイス	0.08		にんじん	10.00		* ぶたにく	10.00		きゅうり	10.00		たまねぎ	60.00	
マサラマイルド	0.08		小松菜	15.00		清酒	1.00		にんじん	10.00		にんじん	20.00	
オールスパイス	0.06		ほんしめじ	10.00		ごま油	1.00		ごま油	3.00		ピーマン	10.00	
水	50.00		白花豆	10.00		* とうふ	30.00		* しょうゆ	2.80		ぶどう酒	1.00	
* チーズ	3.00		米粉	6.00		じゃがいも	20.00		穀物酢	2.00		ケチャップ	4.00	
			* 牛乳	45.00		にんじん	10.00		砂糖	0.60		トマト	40.00	
			* とうにゅう	15.00		だいこん	20.00		こしょう	0.03		ウスターソース	2.00	
キャベツ	50.00		植物油	1.00		ごぼう	20.00		* 白炒りごま	1.50		* ハヤシルウ	3.00	
だいこん	25.00		* コンソメ	0.60		ねぎ	20.00					カレー粉	0.25	
きゅうり	15.00		水	100.00		* みそ	12.00		* むきえび	10.00		砂糖	0.30	
にんじん	10.00		食塩	0.50		ねりごま	2.00		ねぎ	20.00		コンソメ [®] -ルト [®]	0.60	
* サラダ油	1.50		こしょう	0.03		すりごま	2.00		えのきたけ	7.00		食塩	0.30	
穀物酢	1.50		* チーズ	2.00		* サバ節	3.00		小松菜	15.00		こしょう	0.03	
* しょうゆ	1.00		* バター	1.00		昆布	0.50		* たまご	20.00				
食塩	0.30		* 生クリーム	2.00		水	100.00		コンソメ [®] -ルト [®]	0.50		キャベツ	30.00	
ブラックペッパー	0.03		ぶどう酒	1.00					清酒	1.30		* ウインナー	10.00	
ちりめん	3.00								* しょうゆ	1.50		たまねぎ	20.00	
									食塩	0.60		じゃがいも	30.00	
みかん	80.00								こしょう	0.04		小松菜	15.00	
									水	150.00		マッシュルーム	10.00	
												コンソメ [®] -ルト [®]	0.50	
									* ピーナッツ	15.00		食塩	0.80	
												こしょう	0.03	
												* しょうゆ	1.00	
												水	120.00	

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

11月15日 月曜日			11月16日 火曜日			11月17日 水曜日			11月18日 木曜日			11月19日 金曜日		
牛乳 えびと豆腐のチリソース丼 中華わかめコーンスープ チーズドッグ			牛乳 さつまいもごはん 豚肉と野菜のみそ炒め 豚汁			牛乳 白飯 サバの竜田揚げ からし和え 豆乳みそ汁						牛乳 鶏五目ごはん じゃがいものそぼろ煮 根菜のごま汁		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考			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	90.00		こめ	100.00					こめ	85.00	
水	120.00		水	108.00		水	106.00					* しょうゆ	2.00	
* えび	20.00		さつまいも	30.00								清酒	1.00	
清酒	1.00		ごま	2.50		* さば	50.00					水	102.00	
* しぼり豆腐	40.00		食塩	0.50		* しょうゆ	1.80					* とりにく	15.00	
* ぶたにく	10.00					清酒	1.80					* サラダ油	1.00	
しょうが	5.00		* ぶたにく	30.00		しょうが	0.20					清酒	1.00	
にんにく	0.50		* しょうゆ	2.00		でん粉	5.00					にんじん	10.00	
* サラダ油	1.00		清酒	1.00		* 大豆白絞油	5.00					ごぼう	10.00	
たまねぎ	20.00		しょうが	0.30								* きざみあげ	3.00	
ねぎ	15.00		* なまあげ	30.00		もやし	30.00					たけのこ	15.00	
にら	5.00		キャベツ	30.00		小松菜	30.00					みりん	1.00	
水	30.00		たまねぎ	30.00		にんじん	10.00					* しょうゆ	3.20	
* 中華スープ	0.50		にんじん	20.00		* しょうゆ	3.00					砂糖	0.32	
砂糖	0.50		小松菜	20.00		みりん	1.00					食塩	0.32	
* しょうゆ	1.00		ピーマン	10.00		辛子粉	0.20					だし	5.00	
ケチャップ	5.00		* みそ	3.00										
* チリソース	10.00		* テンメンジャン	3.00		* とうふ	30.00					* ぶたにく	10.00	
食塩	0.20		* しょうゆ	1.00		小松菜	20.00					清酒	1.00	
こしょう	0.03		清酒	1.00		* あぶらあげ	8.00					* サラダ油	1.00	
豆板醤	0.20		砂糖	1.00		ねぎ	20.00					じゃがいも	50.00	
でん粉	2.00		* サラダ油	2.00		えのきたけ	5.00					たまねぎ	40.00	
水	4.00		でん粉	1.00		* サバ節	3.00					こんにゃく	20.00	
ごま油	0.50		水	2.00		* みそ	14.00					さやいんげん	5.00	
						* とうにゅう	30.00					しょうが	0.50	
						水	100.00					車三温糖	1.50	
* とりにく	10.00		* ぶたにく	10.00								みりん	1.50	
清酒	1.00		清酒	1.00								* しょうゆ	3.00	
たまねぎ	20.00		ごま油	1.00								清酒	1.00	
えのきたけ	5.00		* とうふ	30.00								でん粉	1.00	
* とうふ	30.00		じゃがいも	30.00								水	2.00	
コーン	20.00		にんじん	10.00								水	20.00	
ねぎ	20.00		ごぼう	10.00										
わかめ	6.00		ねぎ	20.00								* ぶたにく	15.00	
* 鶏がらスープ	0.80		こんにゃく	10.00								清酒	1.00	
* しょうゆ	1.00		* みそ	6.30								* サラダ油	1.00	
食塩	0.50		* みそ	6.30								にんじん	10.00	
こしょう	0.03		* サバ節	3.00								だいこん	25.00	
水	135.00		昆布	0.50								じゃがいも	30.00	
ごま油	0.50		水	150.00								こんにゃく	10.00	
												ねぎ	5.00	
* チーズドッグ	40.00											* みそ	5.00	
												すりごま	14.00	
												ねりごま	1.00	
												* サバ節	1.00	
												昆布	3.00	
												水	0.30	

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

11月22日 月曜日			11月23日 火曜日			11月24日 水曜日			11月25日 木曜日			11月26日 金曜日		
牛乳 中華丼 きのこ肉団子のスープ やわらか杏仁豆腐						牛乳 焼きうどん 厚揚げの味噌炒め もずくと卵のスープ お米deりんごのタルト			牛乳 白飯 手作りふりかけ 秋刀魚の豆腐けんちん照り焼き 具沢山のすまし汁 元気ヨーグルト			牛乳 きなこ揚げパン オムレツのきのこソースがけ ポトフ		
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					* 冷凍うどん (食)	135.00		こめ	100.00		* コッペパン	70.00	
水	120.00					* ぶたにく	30.00		水	106.00		水	35.00	
* ぶたにく	20.00					清酒	1.00					* きな粉	8.00	
* えび	10.00					* サラダ油	1.00		ちりめん	6.00		砂糖	8.00	
* いか	10.00					たまねぎ	20.00		* 白炒りごま	3.00		食塩	0.05	
清酒	2.00					にんじん	10.00		花かつお	1.00		* 大豆白絞油	7.00	
たまねぎ	30.00					キャベツ	45.00		砂糖	0.50				
にんじん	10.00					ぶなしめじ	10.00		* しょうゆ	1.00		* ブレーンオムレツ	60.00	
たけのこ	20.00					ピーマン	5.00		みりん	1.00		たまねぎ	8.00	
はくさい	30.00					食塩	0.20					ぶなしめじ	5.00	
しょうが	0.50					* しょうゆ	5.00		さんま	30.00		マッシュルーム	3.00	
にんにく	0.50					* コンソメ	0.80		* しぼり豆腐	30.00		* サラダ油	0.50	
オイスターソース	1.00					こしょう	0.04		* とろろ	3.00		トマトピューレ	4.00	
* 中華スープストック	0.50					ごま油	1.00		ほんしめじ	5.00		* デミグラス	4.00	
清酒	2.00					糸削り節	1.00		にんじん	5.00		ウスターソース	0.80	
* しょうゆ	3.00								* サラダ油	0.50		砂糖	0.10	
食塩	0.40								ほうれんそう	5.00		ぶどう酒	0.80	
こしょう	0.02					* とりにく	25.00		食塩	0.01		こしょう	0.02	
でん粉	2.00					にんにく	0.30		車三温糖	1.00		水	5.00	
水	65.00					しょうが	0.30		清酒	1.50				
ごま油	0.50					清酒	1.00		みりん	1.50		* ぶたにく	25.00	
						* サラダ油	1.00		* しょうゆ	2.00		ぶどう酒	1.00	
* 平つくね	30.00					* 角揚げ	60.00		しょうが	0.30		かぶ	25.00	
にんじん	10.00					にんじん	10.00		だし	3.00		かぶ葉	5.00	
たまねぎ	20.00					たまねぎ	40.00		でん粉	0.30		じゃがいも	40.00	
* とうふ	20.00					ねぎ	20.00		トレー	0.00		にんじん	10.00	
ぶなしめじ	10.00					豆板醤	0.20					たまねぎ	30.00	
えのきたけ	10.00					* しょうゆ	1.00		さといも	30.00		セロリー	5.00	
小松菜	15.00					砂糖	2.00		れんこん	15.00		食塩	0.80	
ねぎ	10.00					清酒	1.00		にんじん	15.00		こしょう	0.03	
* 中華スープストック	0.60					* テンメンジャン	2.00		ごぼう	10.00		コンソメ・ールド	1.00	
* しょうゆ	1.00					* みそ	2.00		しいたけ	1.00		ぶどう酒	1.00	
清酒	1.00					* 鶏がらスープ	0.50		小松菜	10.00		粉末ローリエ	0.01	
食塩	0.40					でん粉	0.50		* しょうゆ	1.50		水	100.00	
こしょう	0.03					水	1.00		清酒	2.00				
ごま油	0.50					ごま油	0.30		食塩	0.50				
水	160.00								みりん	3.00				
						* とりにく	10.00		ごま油	0.20				
* やわらか杏仁豆腐	50.00					料理酒	1.00		昆布	1.00				
* 黄桃缶	20.00					にんじん	10.00		* サバ節	4.00				
パイン	20.00					* とうふ	30.00		水	150.00				
砂糖	5.00					えのきたけ	10.00							
水	50.00					ねぎ	15.00							
						おきなわもずく	3.00		元気ヨーグルト	70.00				
						* たまご	20.00							
						でん粉	0.50							
						水	1.00							
						* 鶏がらスープ	0.80							
						* しょうゆ	1.00							
						食塩	0.60							
						こしょう 混	0.01							
						* 白炒りごま	1.00							
						水	130.00							
						* お米deりんごのタルト	35.00							

