

アレルギー食品使用予定献立表

11月3日(月)			11月4日(火)			11月5日(水)			11月6日(木)			11月7日(金)		
文化の日			栗五目ごはん 牛乳 ゆずみそチキン 大根と大豆のサラダ もち麦めんの汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 キスの香り揚げ 炒り卵の花 田舎汁 みかん			コウノトリ米ごはん 牛乳 干草焼き ほうれん草のおひたし じゃが玉みそ汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 カレイせんべい ひじきのごま酢和え 豚すき焼き煮		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
			米	65 g		米	73 g		米	73 g		米	73 g	
			濃口しょうゆ	1.8 g		牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本	
			料理酒	1.2 g										
			油揚げ	3 g		キス	1 尾		卵	35 g		カレイの干物	6 g	
			ささがきごぼう	8 g		しょうが	0.15 g		豚ミンチ	10 g		揚げ油	0.35 g	
			にんじん	6 g		淡口しょうゆ	1 g		玉ねぎ	20 g		塩	0.02 g	
			干しいたけ	0.7 g		料理酒	1 g		にんじん	5 g		カレー粉	0.04 g	
			淡口しょうゆ	1.7 g		でん粉	3 g		青ねぎ	5 g				
			三温糖	0.6 g		青のり粉	0.1 g		干しいたけ	0.3 g		ひじき	1.2 g	
			料理酒	1 g		いりごま	0.4 g		三温糖	1 g		大根	20 g	
			みりん	0.7 g		揚げ油	5 g		塩	0.12 g		れんこん	10 g	
			塩	0.13 g					料理酒	0.2 g		にんじん	5 g	
			生むき栗	8 g		おから	15 g		淡口しょうゆ	1.5 g		冷凍えだまめ	5 g	
						鶏ミンチ	5 g					穀物酢	1.8 g	
			牛乳	1 本		つきこんにやく	10 g		ほうれん草	18 g		淡口しょうゆ	2.4 g	
						冷凍コーン	3 g		白菜	22 g		上白糖	1.3 g	
			鶏もも肉 皮なし	1 切		ささがきごぼう	8 g		切干大根	2.5 g		いりごま	1 g	
			白みそ	3 g		にんじん	3 g		淡口しょうゆ	2.1 g				
			淡口しょうゆ	0.4 g		青ねぎ	3 g		みりん	1.5 g		豚肉ウデ	18 g	
			三温糖	0.7 g		三温糖	1 g		糸かつお	0.6 g		焼き豆腐	25 g	
			ゆず果汁	0.7 g		淡口しょうゆ	2.7 g					つきこんにやく	15 g	
			オリーブ油	0.4 g		料理酒	1 g		じゃがいも	35 g		白菜	35 g	
						みりん	1 g		玉ねぎ	25 g		玉ねぎ	30 g	
			水煮大豆	8 g		水	20 g		にんじん	6 g		にんじん	15 g	
			大根	30 g		サラダ油	0.5 g		油揚げ	6 g		ささがきごぼう	15 g	
			きゅうり	8 g					白ねぎ	3.5 g		えのき	5 g	
			カイワレ大根	2 g		厚揚げ	15 g		煮干し	3.5 g		白ねぎ	12 g	
			ロースハム ④	3 g		さつまいも	30 g		合わせみそ	5.3 g		表 麩	3 g	
			ノンエッグマヨネーズ	6.8 g		にんじん	5 g		赤だしみそ	2 g		淡口しょうゆ	2.8 g	
			淡口しょうゆ	0.8 g		小松菜	15 g					濃口しょうゆ	4 g	
			穀物酢	0.2 g		もやし	10 g					料理酒	2 g	
			上白糖	0.1 g		煮干し	3.5 g					みりん	2.3 g	
			表 もち麦めん	7 g		合わせみそ	5.3 g					三温糖	2.3 g	
			焼きかまぼこ ⑬	7 g		赤だしみそ	2 g							
			玉ねぎ	22 g										
			にんじん	5 g		みかん	1 こ							
			白菜	15 g										
			青ねぎ	3 g										
			だし用かつお	2 g										
			だし用昆布	1 g										
			淡口しょうゆ	3.3 g										
			濃口しょうゆ	0.5 g										
			みりん	1.2 g										
			もち麦めん ⇒ 米粉麺			キスの香り揚げ⇒豚肉の磯辺揚げ			干草焼き ⇒ 肉団子の和風あんかけ			カレイせんべい⇒鶏肉のカレー照り焼き		

アレルギ－食品使用予定献立表

11月10日(月)			11月11日(火)			11月12日(水)			11月13日(木)			11月14日(金)		
コッペパン 牛乳 鱈のチーズマヨ焼き ブロッコリーのサラダ ポークビーンズ			鶏ごぼうごはん 牛乳 南瓜コロッケ フルーツ和え ゆばのすまし汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 豚キムチ炒め チンゲン菜のスープ ラ・フランス			コウノトリ米ごはん 牛乳 鱈のしょうゆ麴ソース にんじんしりしり 茎わかめのみそ汁			麦ごはん 牛乳 3種のきのこカレー 小松菜とハムの和え物 変わり大学いも		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
麦 コッペパン	1 こ		米	65 g		米	73 g		米	73 g		米	65 g	
牛乳	1 本		濃口しょうゆ	1.8 g		牛乳	1 本		牛乳	1 本		米粒麦	6 g	
鱈	1 切		料理酒	1.2 g		豚肉もも	40 g		鱈	1 切		牛乳	1 本	
玉ねぎ	14 g		鶏むね肉 皮なし	15 g		しょうが	0.2 g		塩	0.1 g		豚ミンチ	18 g	
赤パプリカ	4 g		油揚げ	2 g		料理酒	1 g		料理酒	0.5 g		レバーそぼろ	3 g	
塩	0.12 g		ささがきごぼう	8 g		塩	0.05 g		しょうゆ麴	2.4 g		塩	0.05 g	
こしょう	0.02 g		にんじん	5 g		こしょう	0.02 g		みりん	0.8 g		こしょう	0.01 g	
粉豆腐	0.4 g		しめじ	8 g		ごま油	0.5 g		料理酒	0.8 g		しょうが	0.2 g	
ノンエッグマヨネーズ	8 g		淡口しょうゆ	0.7 g		白菜キムチ	13 g		三温糖	0.3 g		にんにく	0.2 g	
乳 ピザ用チーズ	6 g		濃口しょうゆ	1.4 g		玉ねぎ	15 g		水	2 g		サラダ油	0.2 g	
ブロッコリー	20 g		三温糖	0.75 g		にんじん	5 g		でん粉	0.08 g		玉ねぎ	40 g	
キャベツ	25 g		料理酒	1 g		キャベツ	10 g		卵 卵	15 g		にんじん	20 g	
にんじん	5 g		みりん	1 g		白ねぎ	5 g		穀物酢	0.2 g		しめじ	10 g	
冷凍コーン	5 g		塩	0.1 g		濃口しょうゆ	1.5 g		塩	0.07 g		エリンギ	8 g	
レモン果汁	0.5 g		麦 南瓜コロッケ 45	1 こ		オイスターソース	0.8 g		三温糖	0.25 g		マッシュルーム	8 g	
穀物酢	1.7 g		揚げ油	5 g		みりん	1 g		にんじん	25 g		バーモントカレー ⑨	9.2 g	
淡口しょうゆ	1.6 g					でん粉	0.15 g		もやし	25 g		ジャワカレー ⑩	2.8 g	
上白糖	0.6 g		りんご	10 g		安心素材ミートボール ②	18 g		淡口しょうゆ	1.2 g		カレー粉	0.1 g	
塩	0.15 g		梨	5 g		緑豆春雨	3 g		塩	0.12 g		ウスターソース	2 g	
こしょう	0.01 g		キウイ	5 g		チンゲン菜	20 g		こしょう	0.01 g		ケチャップ ⑤	4.8 g	
サラダ油	1.3 g		レトルトみかん	10 g		玉ねぎ	18 g		サラダ油	0.15 g		乳 脱脂粉乳	3 g	
豚肉もも	20 g		黄桃缶	15 g		にんじん	5 g		糸かつお	0.3 g		小松菜	20 g	
料理酒	0.8 g		ナタデココ	15 g		冷凍コーン	5 g		乾燥茎わかめ	1.2 g		白菜	18 g	
乾燥大豆	6 g		乾燥ゆば	2 g		中華スープストック ①	0.75 g		厚揚げ	20 g		にんじん	5 g	
じゃがいも	35 g		豆腐	15 g		淡口しょうゆ	2.6 g		玉ねぎ	20 g		切干大根	2 g	
玉ねぎ	35 g		玉ねぎ	25 g		塩	0.15 g		にんじん	5 g		ロースハム ④	3.5 g	
にんじん	12 g		大根	15 g		こしょう	0.01 g		白菜	15 g		淡口しょうゆ	2.4 g	
ダイスカットトマト	8 g		にんじん	5 g		ラ・フランス	1/6 こ		白ねぎ	5 g		上白糖	0.8 g	
ケチャップ ⑤	8 g		ほうれん草	12 g					煮干し	3.5 g		さつまいも	57 g	
ウスターソース	1.2 g		だし用かつお	2 g					合わせみそ	5 g		揚げ油	3 g	
スープストック ⑥	1 g		だし用昆布	1 g					赤だしみそ	2 g		乾燥大豆	2.5 g	
三温糖	0.3 g		淡口しょうゆ	3.9 g								揚げ油	0.3 g	
塩	0.18 g		みりん	0.2 g								ちりめんじゃこ	2.2 g	
こしょう	0.02 g		塩	0.15 g								サラダ油	0.5 g	
												濃口しょうゆ	2 g	
												みりん	2.5 g	
												三温糖	5.2 g	
												水	1.8 g	
												でん粉	0.4 g	
												いりごま 黒	0.4 g	
鱈のチーズマヨ焼き⇒鶏肉のマヨ焼き			南瓜コロッケ⇒鱈の照り焼き			鱈のしょうゆ麴ソース ⇒鶏肉のしょうゆ麴ソース								

アレルギー食品使用予定献立表

11月17日(月)			11月18日(火)			11月19日(水)			11月20日(木)			11月21日(金)		
米粉丸パン 牛乳 根菜のミートローフ ほうれん草とコーンの和え物 オニオンスープ			コウノトリ米ごはん 牛乳 カマスのごまフライ わかめのサラダ さつまいものみそ汁 柿			コウノトリ米ごはん 牛乳 鶏肉のねぎ焼き ゆずマヨ和え のっぺい汁 一口チーズ			コウノトリ米ごはん 牛乳 竹輪の磯辺揚げ 即席漬け きつねうどん			コウノトリ米ごはん 牛乳 鰯のみりん干し キャベツののり和え 呉汁		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
麦 米粉丸パン	1 こ		米	73 g		米	73 g		米	73 g		米	73 g	
牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本	
牛ミンチ	20 g		かます	1 枚		鶏もも肉 皮なし	1 切		竹輪 ⑪	25 g		鰯のみりん干し(ごまあり)	1 枚	
豚ミンチ	16 g		塩	0.2 g		青ねぎ	2.5 g		米粉	6.5 g		キャベツ	28 g	
卵	4.5 g		こしょう	0.02 g		淡口しょうゆ	2.7 g		青のり粉	0.1 g		ほうれん草	10 g	
玉ねぎ	10 g		小麦粉	3 g	麦	三温糖	1.1 g		揚げ油	5 g		もやし	10 g	
にんじん	6.5 g		パン粉	6 g	麦	料理酒	1.1 g		大根	28 g		にんじん	5 g	
ささがきごぼう	3.5 g		いりごま 黒	0.8 g		おろしにんにく	0.1 g		小松菜	15 g		淡口しょうゆ	2 g	
れんこん	3.5 g		揚げ油	4 g		豆板醤	0.1 g		にんじん	5 g		みりん	1.3 g	
冷凍いんげん	3.5 g		カットわかめ	1 g		白菜	30 g		きゅうり	5 g		刻みのり	0.3 g	
塩	0.2 g		キャベツ	20 g		ブロッコリー	18 g		淡口しょうゆ	2.5 g		乾燥大豆	3.5 g	
こしょう	0.02 g		玉ねぎ	8 g		にんじん	5 g		みりん	1.5 g		厚揚げ	15 g	
麦 小麦粉	4.5 g		にんじん	5 g		ゆず	0.15 g		油揚げ	12 g		じゃがいも	25 g	
牛乳	6 g		きゅうり	5 g		ゆず果汁	1 g		三温糖	3.6 g		洗いごぼう	6 g	
ケチャップ ⑤	5 g		冷凍えだまめ	5 g		ノンエッグマヨネーズ	4.2 g		料理酒	1.3 g		にんじん	6 g	
とんかつソース	1.5 g		穀物酢	2.2 g		穀物酢	0.15 g		みりん	1.3 g		白菜	12 g	
ほうれん草	18 g		淡口しょうゆ	1.8 g		塩	0.05 g		淡口しょうゆ	4 g		しいたけ	5 g	
白菜	27 g		上白糖	0.6 g		上白糖	0.6 g		煮干し	0.6 g		青ねぎ	3 g	
冷凍コーン	8 g		塩	0.15 g		調整豆乳	0.6 g		だし用かつお	0.1 g		豆乳	20 g	
淡口しょうゆ	1.5 g		こしょう	0.01 g		油揚げ	5 g		水	22 g		煮干し	3.5 g	
上白糖	0.2 g		サラダ油	1.3 g		さといも	15 g	麦	うどん	30 g		合わせみそ	5.3 g	
ベーコン ⑫	8 g		さつまいも	33 g		玉ねぎ	18 g		玉ねぎ	30 g		赤だしみそ	2 g	
料理酒	0.4 g		大根	20 g		大根	15 g		にんじん	8 g				
玉ねぎ	42 g		にんじん	7 g		にんじん	5 g		白ねぎ	10 g				
にんじん	7 g		小松菜	12 g		ささがきごぼう	8 g		煮干し	3 g				
キャベツ	15 g		白ねぎ	3.5 g		つきこんにゃく	5 g		だし用かつお	0.6 g				
えのき	3.5 g		煮干し	3.5 g		干しいたけ	0.5 g		濃口しょうゆ	1.1 g				
コンソメ ⑧	1.2 g		合わせみそ	5.3 g		白ねぎ	3.5 g		淡口しょうゆ	2.7 g				
淡口しょうゆ	1.8 g		赤だしみそ	2 g		だし用かつお	2 g		みりん	2 g				
塩	0.15 g					だし用昆布	1 g		料理酒	1.2 g				
こしょう	0.01 g		柿	1/6 こ		淡口しょうゆ	4.2 g		三温糖	0.3 g				
						みりん	1.4 g							
						塩	0.18 g							
						でん粉	1.2 g							
						乳 キャンディーチーズ	2 こ							
			カマスのフライ⇒豚肉の生姜炒め			一口チーズ⇒ごまなしミニフィッシュ 36			竹輪の磯辺揚げ⇒鶏肉の磯辺焼き うどん⇒米粉麺			鰯のみりん干し⇒豚肉の照り焼き		

アレルギー食品使用予定献立表

11月24日(月)			11月25日(火)			11月26日(水)			11月27日(木)			11月28日(金)		
振替休日			コウノトリ米ごはん 牛乳 豚肉とさつまいもの甘酢あん お豆のごまヨサラダ 具だくさん汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖のみそ煮 春菊とゆばの和え物 かぶのすまし汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 鶏肉のスタミナ焼き 春雨の酢の物 大根と厚揚げのうま煮			コウノトリ米ごはん 牛乳 サーモンのねぎまみれさんマスタード風 小松菜入りきんぴら 豆腐となめこのみそ汁		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
			米	73 g		米	73 g		米	73 g		米	73 g	
			牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本	
			豚肉もも	40 g		鯖	1 切		鶏もも肉 皮なし	1 切		秋鮭	1 切	
			おろししょうが	0.9 g		しょうが	3 g		玉ねぎ	5 g		粒入りマスタード*	3 g	
			濃口しょうゆ	1.3 g		白みそ	6 g		りんご	3 g		淡口しょうゆ	2.2 g	
			料理酒	1.3 g		合わせみそ	1.8 g		しょうが	0.6 g		料理酒	1.5 g	
			でん粉	8 g		三温糖	4 g		おろしにんにく	0.1 g		みりん	1.5 g	
			揚げ油	4 g		みりん	2 g		料理酒	1.2 g		三温糖	1 g	
			さつまいも	18 g		料理酒	5 g		濃口しょうゆ	1.6 g		こしょう	0.01 g	
			揚げ油	1.5 g		濃口しょうゆ	2 g		みりん	0.5 g		表小麦粉	3 g	
			にんじん	8 g		水	30 g		三温糖	0.5 g		岩津ねぎ	8 g	
			揚げ油	0.5 g								表パン粉	6 g	
			冷凍いんげん	4.5 g		春菊	10 g		カットわかめ	0.6 g		サラダ油	0.5 g	
			穀物酢	3.8 g		白菜	30 g		緑豆春雨	3 g				
			三温糖	2 g		えのき	12 g		キャベツ	15 g		豚肉ウデ	8 g	
			濃口しょうゆ	1.2 g		冷凍ゆば	3 g		にんじん	5 g		小松菜	16 g	
			水	3 g		淡口しょうゆ	2.1 g		きゅうり	5 g		さがきごぼう	18 g	
			でん粉	0.4 g		上白糖	0.6 g		穀物酢	3.2 g		れんこん	7 g	
						みりん	0.5 g		上白糖	1.2 g		にんじん	5 g	
			鶏ささみ	6 g		糸かつお	0.6 g		淡口しょうゆ	1.4 g		つきこんにゃく	10 g	
			料理酒	0.4 g					みりん	0.4 g		濃口しょうゆ	1.45 g	
			キャベツ	15 g		かぶ	25 g					淡口しょうゆ	1.45 g	
			きゅうり	10 g		にんじん	10 g		厚揚げ	30 g		料理酒	0.5 g	
			金時豆	5 g		玉ねぎ	30 g		大根	55 g		みりん	0.3 g	
			水煮大豆	10 g		油揚げ	3 g		玉ねぎ	30 g		三温糖	0.9 g	
			冷凍コーン	5 g		岩津ねぎ	6.5 g		にんじん	20 g		いりごま	1 g	
			穀物酢	0.8 g		だし用かつお	2 g		さといも	15 g		サラダ油	0.3 g	
			塩	0.1 g		だし用昆布	1 g		白菜	20 g				
			こしょう	0.02 g		淡口しょうゆ	3.9 g		しめじ	8 g		豆腐	20 g	
			ノンエッグマヨネーズ	4 g		みりん	0.2 g		角こんにゃく	15 g		なめこ	12 g	
			いりごま	1 g		塩	0.15 g		岩津ねぎ	8 g		玉ねぎ	15 g	
									煮干し	2 g		にんじん	5 g	
			厚揚げ	20 g					三温糖	1.7 g		大根	20 g	
			玉ねぎ	25 g					淡口しょうゆ	3.5 g		岩津ねぎ	4 g	
			さがきごぼう	8 g					濃口しょうゆ	2.4 g		煮干し	3.5 g	
			にんじん	8 g					料理酒	1.3 g		合わせみそ	5.3 g	
			えのき	8 g					みりん	1.3 g		赤だしみそ	2 g	
			つきこんにゃく	10 g										
			岩津ねぎ	5 g										
			だし用かつお	3 g										
			淡口しょうゆ	4.3 g										
			塩	0.05 g										
			みりん	1 g										
						鯖のみそ煮⇒鶏肉のみそ煮						サーモンのねぎまみれさんマスタード風 ⇒ハムのマスタード焼き 42		