

アレルギー食品使用予定献立表

12月1日(月)			12月2日(火)			12月3日(水)			12月4日(木)			12月5日(金)		
コッペパン 牛乳 鱈とポテトのチリソース 茎わかめと大豆のサラダ レタスときのこのスープ			コウノトリごはん 牛乳 ほうれん草の玉子焼き 甘柿サラダ かす汁			コウノトリごはん 牛乳 鶏肉の生姜焼き カリフラワーとさつまいものマヨ和え 厚揚げのみそ汁			岩津ねぎ入り牛丼 牛乳 野菜ののり和え ちゃんこ汁 りんごのタルト			コウノトリごはん 牛乳 わかさぎのから揚げ キャベツのしそ和え みそおでん		
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	
コッペパン	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		牛肉	38 g		牛乳	1 本	
タラ角切	40 g		卵	38 g		鶏もも肉 皮なし	1 切		濃口しょうゆ	2 g		わかさぎ	35 g	
でん粉	2 g		淡口しょうゆ	0.3 g		濃口しょうゆ	2 g		みりん	1 g		塩	0.1 g	
揚げ油	2 g		冷凍ほうれん草	15 g		料理酒	1 g		料理酒	1 g		おろししょうが	0.02 g	
じゃがいも	30 g		玉ねぎ	13 g		みりん	1.2 g		おろししょうが	0.2 g		こしょう	0.02 g	
揚げ油	1 g		にんじん	5 g		しょうが	1.2 g		サラダ油	0.5 g		でん粉	3 g	
おろしにんにく	0.2 g		冷凍コーン	3 g					玉ねぎ	18 g		揚げ油	3.5 g	
おろししょうが	0.2 g		三温糖	0.65 g		カリフラワー	20 g		ささがきごぼう	8 g		キャベツ	25 g	
ケチャップ ⑤	7 g		塩	0.15 g		さつまいも	25 g		糸こんにやく	8 g		チンゲン菜	10 g	
三温糖	1.9 g		スープストック ⑥	0.18 g		にんじん	5 g		岩津ねぎ	9 g		もやし	15 g	
水	7 g		サラダ油	0.2 g		玉ねぎ	5 g		濃口しょうゆ	1.2 g		きゅうり	8 g	
豆板醤	0.15 g		乳	角チーズ	5 g	ツナ	5 g		淡口しょうゆ	0.6 g		にんじん	5 g	
塩	0.14 g					ノンエッグマヨネーズ	2.5 g		三温糖	1.4 g		しそご飯の素	0.6 g	
サラダ油	0.2 g		大根	30 g		穀物酢	2.5 g		牛乳	1 本		淡口しょうゆ	1.2 g	
			柿	12 g		サラダ油	2.5 g							
冷凍茎わかめ	5 g		ブロッコリー	20 g		塩	0.15 g		冷凍ほうれん草	10 g		鶏むね肉 皮つき	15 g	
キャベツ	23 g		穀物酢	2.2 g		こしょう	0.02 g		大根	20 g		大根	60 g	
れんこん	12 g		上白糖	0.6 g		上白糖	1 g		もやし	20 g		にんじん	25 g	
にんじん	5 g		塩	0.22 g					にんじん	5 g		じゃがいも	45 g	
水煮大豆	6 g		こしょう	0.01 g		厚揚げ	25 g		淡口しょうゆ	2 g		角こんにやく	20 g	
穀物酢	2 g		サラダ油	1 g		にんじん	8 g		みりん	1 g		竹輪 ⑪	15 g	
粒入りマスタード	0.2 g					大根	25 g		サラダ油	0.6 g		厚揚げ	20 g	
淡口しょうゆ	1.3 g		豚肉ウデ	8 g		白菜	18 g		刻みのり	0.3 g		煮干し	2 g	
上白糖	0.6 g		料理酒	0.5 g		小松菜	10 g					三温糖	2.2 g	
塩	0.15 g		白菜	15 g		なめこ	8 g		玉ねぎ	28 g		みりん	2 g	
こしょう	0.01 g		ささがきごぼう	8 g		煮干し	3.5 g		にんじん	5 g		淡口しょうゆ	3.2 g	
サラダ油	1.3 g		玉ねぎ	20 g		合わせみそ	5.3 g		白菜	20 g		赤だしみそ	4.3 g	
玉ねぎ	5 g		にんじん	5 g		赤だしみそ	2 g		油揚げ	3 g		料理酒	0.5 g	
			干しいたけ	0.5 g					しめじ	8 g				
安心素材ミートボール ②	25 g		つきこんにやく	8 g					豆腐	18 g				
レタス	20 g		岩津ねぎ	3.5 g					スープベースチキン ③	11.5 g				
玉ねぎ	20 g		煮干し	3.5 g					淡口しょうゆ	4 g				
にんじん	5 g		酒かす	5 g					料理酒	0.5 g				
マロニー	1.5 g		赤だしみそ	1.8 g					みりん	1 g				
えのき	8 g		合わせみそ	5.5 g					塩	0.15 g				
冷凍コーン	10 g		淡口しょうゆ	0.5 g										
スープベースチキン ③	11 g		みりん	0.4 g					りんごのタルト 46	1 こ				
淡口しょうゆ	4 g													
塩	0.15 g													
こしょう	0.01 g													
鱈とポテトのチリソース ⇒鶏肉とポテトのチリソース			ほうれん草の玉子焼き⇒ほうれん草のつくね						りんごのタルト⇒パンナコッタ			わかさぎのから揚げ⇒豚肉のから揚げ		

アレルギー食品使用予定献立表

12月8日(月)			12月9日(火)			12月10日(水)			12月11日(木)			12月12日(金)		
コッペパン 牛乳 南瓜サンドフライ ごぼうとれんこんのサラダ 冬野菜ポトフ			コウノトリ米ごはん 牛乳 豚肉と岩津ねぎのスタミナ炒め フルーツ和え わかめとコーンのスープ			コウノトリ米ごはん 牛乳 ボラのヤンニョムソース たくあんのごま和え けんちん汁			きのこさんまのたきこみごはん 牛乳 鶏肉のねぎ焼き ひじきの和風マリネ 五目みそ汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 手作りとなかつ 春雨サラダ チキンカレー		
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	
コッペパン	1 個		米	73 g		米	73 g		米	68 g		米	73 g	
牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本		淡口しょうゆ	3.2 g		牛乳	1 本	
麦 かぼちゃひき肉フライ 47	1 個		豚肉ウデ	40 g		ぼら	1 切		料理酒	0.28 g		豚肉ロース	1 切	
揚げ油	4 g		料理酒	1 g		塩	0.05 g		だし用昆布	0.05 g		塩	0.1 g	
鶏ささみ	8 g		塩	0.1 g		料理酒	1.3 g		秋刀魚の生姜煮 48	12 g		こしょう	0.01 g	
料理酒	0.4 g		こしょう	0.02 g		濃口しょうゆ	1.5 g		ささがきごぼう	5 g		小麦粉	3 g	
ささがきごぼう	14 g		おろしにんにく	0.1 g		でん粉	5 g		しめじ	10 g		麦 パン粉	6 g	
れんこん	10 g		しょうが	0.1 g		揚げ油	5 g		エリンギ	10 g		麦 揚げ油	4 g	
キャベツ	14 g		サラダ油	0.5 g		青ねぎ	1 g		にんじん	5 g		緑豆春雨	3 g	
にんじん	5 g		岩津ねぎ	10 g		おろしにんにく	0.07 g		つきこんにやく	3 g		もやし	18 g	
きゅうり	5 g		玉ねぎ	20 g		しょうが	0.12 g		濃口しょうゆ	1 g		キャベツ	15 g	
ノンエッグマヨネーズ	6.5 g		にんじん	5 g		ケチャップ ⑤	0.26 g		三温糖	0.8 g		カットわかめ	0.6 g	
淡口しょうゆ	0.6 g		淡口しょうゆ	1.2 g		三温糖	1.1 g		みりん	0.5 g		にんじん	4 g	
穀物酢	0.3 g		みりん	2 g		料理酒	0.6 g		料理酒	0.8 g		淡口しょうゆ	2.5 g	
塩	0.05 g		赤だしみそ	2 g		濃口しょうゆ	2.5 g		牛乳	1 本		穀物酢	2.5 g	
こしょう	0.01 g		三温糖	1.2 g		豆板醤	0.01 g		鶏もも肉 皮なし	1 切		上白糖	1.7 g	
いりごま	1 g		オイスターソース	0.4 g		みりん	2 g		青ねぎ	2 g		塩	0.08 g	
ベーコン ⑫	8 g		でん粉	0.5 g		水	1.3 g		淡口しょうゆ	2.5 g		ごま油	0.2 g	
大根	30 g		キウイ	5 g		でん粉	0.25 g		三温糖	1 g		鶏むね肉 皮なし	13 g	
ブロッコリー	15 g		バナナ	15 g		ごま油	0.4 g		料理酒	1 g		塩	0.05 g	
玉ねぎ	20 g		パイン缶	10 g		たくあん	10 g		おろしにんにく	0.1 g		こしょう	0.01 g	
にんじん	10 g		黄桃缶	14 g		もやし	23 g		ひじき	0.8 g		おろししょうが	0.2 g	
白菜	20 g		ナタデココ	15 g		チンゲン菜	15 g		白菜	5 g		おろしにんにく	0.2 g	
しめじ	8 g		カットわかめ	0.8 g		にんじん	5 g		きゅうり	23 g		サラダ油	0.2 g	
岩津ねぎ	4 g		玉ねぎ	30 g		淡口しょうゆ	0.8 g		れんこん	5 g		玉ねぎ	35 g	
スープベースチキン ③	11 g		にんじん	8 g		みりん	0.8 g		冷凍コーン	8 g		にんじん	17 g	
淡口しょうゆ	3.8 g		もやし	12 g		いりごま	0.8 g		穀物酢	4 g		じゃがいも	30 g	
塩	0.15 g		にら	6 g		豆腐	28 g		上白糖	2 g		岩津ねぎ	6 g	
こしょう	0.01 g		冷凍コーン	10 g		油揚げ	3 g		淡口しょうゆ	0.5 g		バーモントカレー ⑨	8.3 g	
			中華スープストック ①	0.7 g		にんじん	5 g		塩	1 g		ジャワカレー ⑩	2.8 g	
			淡口しょうゆ	2.5 g		じゃがいも	20 g		こしょう	0.01 g		カレー粉	0.1 g	
			塩	0.13 g		玉ねぎ	15 g		サラダ油	1.3 g		ウスターソース	2 g	
			こしょう	0.01 g		ささがきごぼう	8 g		玉ねぎ	5 g		ケチャップ ⑤	4.8 g	
						つきこんにやく	5 g		油揚げ	8 g		乳 脱脂粉乳	3 g	
						岩津ねぎ	3.5 g		白玉団子	24 g				
						だし用かつお	2 g		にんじん	7 g				
						だし用昆布	1 g		玉ねぎ	15 g				
						淡口しょうゆ	3.6 g		大根	18 g				
						濃口しょうゆ	1.4 g		小松菜	8 g				
						みりん	1.4 g		煮干し	3.5 g				
						塩	0.1 g		合わせみそ	5.3 g				
									赤だしみそ	2 g				
南瓜サンドフライ⇒ミートボールのあんかけ						ボラのヤンニョムソース ⇒豚肉のヤンニョムソース						手作りとなかつ⇒豚肉の塩焼き		

アレルギー食品使用予定献立表

12月15日(月)			12月16日(火)			12月17日(水)			12月18日(木)			12月19日(金)		
米粉丸パン 牛乳 もみの木ハンバーグ ブロッコリーのサラダ 冬野菜のミネストローネ 白バラヨーグルト			コウノトリごはん 牛乳 鯖の塩麹焼き 五目豆 白菜のかき玉汁			コウノトリごはん 牛乳 鶏肉の辛子揚げ りんごとかぶのサラダ えび団子スープ			コウノトリごはん 牛乳 ハムのピザ風 小松菜の白和え 豚汁			コウノトリごはん 牛乳 ホッケの竜田揚げ 即席漬け マーボー大根 みかん		
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	
もみの木ハンバーグ	49	40 g	鯖	1 切		鶏むね肉 皮つき	1 枚		ボロニアハム	42	1 こ	ほっけ	1 切	
玉ねぎ		8 g	塩麹	3 g		濃口しょうゆ	2.5 g		玉ねぎ		15 g	おろししょうが	0.5 g	
おろししょうが		0.04 g	料理酒	0.5 g		料理酒	1 g		ピーマン		2 g	濃口しょうゆ	1.3 g	
料理酒		4 g	みりん	1.5 g		粉辛子	0.5 g		冷凍コーン		3 g	料理酒	0.8 g	
濃口しょうゆ		1.7 g				でん粉	5 g		塩		0.03 g	三温糖	0.5 g	
みりん		1 g	乾燥大豆	4 g		揚げ油	4 g		こしょう		0.01 g	でん粉	6 g	
三温糖		1 g	平天 ⑪	10 g					ケチャップ ⑤		6 g	揚げ油	4 g	
サラダ油		0.17 g	角こんにゃく	10 g		りんご	15 g		ピザ用チーズ		7 g			
			にんじん	8 g		ローズハム ④	8 g					ほうれん草	10 g	
ツナ		4 g	れんこん	10 g		かぶ	25 g		ひじき		0.1 g	えのき	10 g	
ブロッコリー		20 g	洗いごぼう	10 g		きゅうり	12 g		つきこんにゃく		8 g	もやし	25 g	
キャベツ		25 g	角切昆布	0.4 g		塩	0.3 g		にんじん		3 g	にんじん	5 g	
にんじん		5 g	淡口しょうゆ	1.2 g		りんご酢	2.5 g		淡口しょうゆ		0.8 g	きゅうり	8 g	
冷凍コーン		5 g	濃口しょうゆ	0.5 g		上白糖	2 g		三温糖		0.4 g	淡口しょうゆ	2.3 g	
穀物酢		2.2 g	料理酒	0.5 g		オリーブ油	0.5 g		みりん		0.5 g	みりん	1.5 g	
淡口しょうゆ		1.3 g	みりん	0.55 g		こしょう	0.02 g		白菜		25 g			
上白糖		0.6 g	三温糖	0.2 g		エビボール 51	25 g		小松菜		8 g	豚ミンチ	14 g	
塩		0.15 g	だし用かつお	0.2 g		玉ねぎ	20 g		豆腐		20 g	おろししょうが	0.3 g	
こしょう		0.01 g	だし用昆布	0.1 g		にんじん	5 g		いりごま		1 g	おろしにんにく	0.3 g	
サラダ油		1.3 g	水	6 g		白菜	12 g		練りごま		1.2 g	サラダ油	0.2 g	
			白菜	15 g		もやし	10 g		塩		0.1 g	大根	85 g	
豚肉ウデ		8 g	卵	25 g		えのき	8 g		淡口しょうゆ		1.8 g	にんじん	15 g	
玉ねぎ		22 g	玉ねぎ	25 g		岩津ねぎ	3 g		上白糖		1.2 g	玉ねぎ	45 g	
にんじん		8 g	にんじん	8 g		中華スープストック ①	0.75 g		みりん		2.6 g	干しいたけ	0.8 g	
大根		15 g	しめじ	6 g		淡口しょうゆ	2.6 g					たけのこ水煮	10 g	
じゃがいも		15 g	チンゲン菜	8 g		塩	0.15 g		豚肉ウデ		10 g	岩津ねぎ	8 g	
星型米粉マカロニ		4 g	だし用かつお	2 g		こしょう	0.01 g		料理酒		0.5 g	中華スープストック ①	0.48 g	
ダイスカットトマト缶		11.5 g	だし用昆布	1 g					大根		18 g	濃口しょうゆ	3 g	
ケチャップ ⑤		6.6 g	淡口しょうゆ	3.6 g					にんじん		5 g	淡口しょうゆ	1.5 g	
スープストック ⑥		1.5 g	みりん	0.8 g					さといも		18 g	三温糖	0.95 g	
三温糖		0.95 g	塩	0.18 g					洗いごぼう		10 g	料理酒	2 g	
塩		0.18 g	でん粉	1.4 g					しめじ		0.5 g	豆板醤	0.1 g	
こしょう		0.02 g							岩津ねぎ		3 g	塩	0.01 g	
淡口しょうゆ		0.2 g							煮干し		3.5 g	オイスターソース	0.48 g	
乳 白バラヨーグルト 50		1 こ							合わせみそ		4.3 g	でん粉	1.6 g	
									赤だしみそ		3 g	みかん	1 こ	
白バラヨーグルト⇒パンナコッタ			鯖の塩麹焼き⇒鶏肉の塩麹焼き						ハムのピザ風⇒ハムのカレー風味			ホッケの竜田揚げ⇒鶏肉の生姜焼き		

アレルギー食品使用予定献立表

12月22日(月)														
コッペパン 牛乳 ホキのゆずソース ミートスパゲティ 南瓜のポタージュ														
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	
コッペパン	1 こ													
牛乳	1 本													
ホキ	1 切													
でん粉	3 g													
揚げ油	4 g													
淡口しょうゆ	1.8 g													
上白糖	2.9 g													
穀物酢	1.2 g													
ゆず果汁	2.5 g													
麦 スパゲティ	11 g													
豚ミンチ	7 g													
玉ねぎ	20 g													
にんじん	5 g													
マッシュルーム	3 g													
ピーマン	4 g													
塩	0.02 g													
こしょう	0.01 g													
ウスターソース	0.35 g													
スープストック ⑥	0.07 g													
ケチャップ ⑤	6 g													
トマトピューレ	4 g													
サラダ油	0.2 g													
かぼちゃ	40 g													
玉ねぎ	40 g													
にんじん	8 g													
冷凍コーン	8 g													
ポタージュエースコーン 22	9 g													
スープストック ⑥	0.4 g													
塩	0.1 g													
こしょう	0.01 g													
乳 牛乳	18 g													
乳 生クリーム	4 g													
パセリ	0.25 g													
ホキのゆずソース⇒鶏肉のゆずソース ミートスパゲティ⇒ミートスパゲティ(米粉めん)														