

**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)	
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		コウノトリ米ごはん		コウノトリ米ごはん		岩津ねぎ入り牛丼		コウノトリ米ごはん	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
鮭とポテトのチリソース		ほうれん草の玉子焼き		鶏肉の生姜焼き		野菜ののり和え		わかさぎのから揚げ	
茎わかめと大豆のサラダ		甘柿サラダ		カリフラワーとさつまいものマヨ和え		ちゃんこ汁		キャベツのしそ和え	
レタスときのこのスープ		かす汁		厚揚げのみそ汁		りんごのタルト		みそおでん	
⑤		⑥		⑦		⑧		⑨	
コッペパン	1 ピース	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	こしょう	0.02 g
じゃがいも	30 g	玉ねぎ	13 g	みりん	1.2 g	三温糖	1 g	でん粉	3 g
揚げ油	1 g	にんじん	5 g	しょうが	1.2 g	おろししょうが	0.2 g	揚げ油	3.5 g
おろしにんにく	0.2 g	冷凍コーン	3 g	カリフラワー	20 g	サラダ油	0.5 g	キヤベツ	25 g
おろししょうが	0.2 g	三温糖	0.65 g	さつまいも	25 g	玉ねぎ	18 g	チンゲン菜	10 g
ケチャップ	7 g	塩	0.15 g	にんじん	5 g	ささがきごぼう	8 g	もやし	15 g
三温糖	1.9 g	スープストック	0.18 g	玉ねぎ	5 g	系こんにゃく	8 g	きゅうり	8 g
水	7 g	サラダ油	0.2 g	ツナ	5 g	岩津ねぎ	9 g	にんじん	5 g
豆板醤	0.15 g	角チーズ	5 g	ノンエッグマヨネーズ	2.5 g	濃口しょうゆ	1.2 g	しそご飯の素	0.6 g
塩	0.14 g	大根	30 g	穀物酢	2.5 g	淡口しょうゆ	0.6 g	淡口しょうゆ	1.2 g
サラダ油	0.2 g	柿	12 g	サラダ油	2.5 g	三温糖	1.4 g		
冷凍茎わかめ	5 g	ブロッコリー	20 g	塩	0.15 g	牛乳	1 本		
キヤベツ	23 g	穀物酢	2.2 g	こしょう	0.02 g	冷凍ほうれん草	10 g		
れんこん	12 g	上白糖	0.6 g	上白糖	1 g	大根	20 g		
にんじん	5 g	塩	0.22 g	厚揚げ	25 g	もやし	20 g		
水煮大豆	6 g	こしょう	0.01 g	にんじん	8 g	にんじん	5 g		
穀物酢	2 g	サラダ油	1 g	白菜	25 g	じゃがいも	45 g		
粒入りマスター	0.2 g	豚肉ウデ	8 g	小松菜	18 g	角こんにゃく	20 g		
淡口しょうゆ	1.3 g	料理酒	0.5 g	なめこ	10 g	竹輪	1 g		
上白糖	0.6 g	白菜	15 g	煮干し	8 g	厚揚げ	15 g		
塩	0.15 g	ささがきごぼう	8 g	3.5 g	25 g	煮干し	20 g		
こしょう	0.01 g	玉ねぎ	20 g	5.3 g	白菜	28 g			
サラダ油	1.3 g	にんじん	5 g	赤だしみそ	2 g	みりん	5 g		
玉ねぎ	5 g	干しいたけ	0.5 g	赤だしみそ	3.5 g	刻みのり	0.3 g		
安心素材ミートボール	25 g	つきこんにゃく	8 g			玉ねぎ	28 g		
レタス	20 g	岩津ねぎ	3.5 g			にんじん	5 g		
玉ねぎ	20 g	煮干し	3.5 g			白菜	20 g		
にんじん	5 g	酒かす	5 g			油揚げ	3 g		
マロニー	1.5 g	赤だしみそ	1.8 g			しめじ	8 g		
えのき	8 g	合わせみそ	5.5 g			豆腐	18 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	11.5 g		
スープベースチキン	11 g	みりん	0.4 g			淡口しょうゆ	4 g		
淡口しょうゆ	4 g					料理酒	0.5 g		
塩	0.15 g					みりん	1 g		
こしょう	0.01 g					塩	0.15 g		
②		③		④		⑤		⑥	
■ 鮭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)	
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		コウノトリ米ごはん		コウノトリ米ごはん		きのことさんまのたきこみごはん		コウノトリ米ごはん	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
南瓜サンドフライ		豚肉と岩津ねぎのスタミナ炒め		ボラのヤンニヨムソース		鶏肉のねぎ焼き		手作りとんかつ	
ごぼうとれんこんのサラダ		フルーツ和え		たくあんのごま和え		ひじきの和風マリネ		春雨サラダ	
冬野菜ポトフ		わかめとコーンのスープ		けんちん汁		五目みそ汁		チキンカレー	
コッペパン	1 ピース	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 ④	1 ピース	豚肉ウデ	40 g	ばら	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	麦 小麦粉	3 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	麦 パン粉	6 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	じめじ	10 g	揚げ油	4 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		
キャベツ	14 g	サラダ油	0.5 g	青ねぎ	1 g	にんじん	5 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		
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		
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	三温糖	0.8 g	緑豆春雨	3 g
淡口しょうゆ	0.6 g	淡口しょうゆ	1.2 g	豆板醤	0.26 g	みりん	0.5 g	もやし	18 g
穀物酢	0.3 g	みりん	2 g	みりん	0.6 g	料理酒	0.8 g	キャベツ	15 g
塩	0.05 g	赤だしみそ	2 g	水	1.1 g	牛乳	1 本	カットわかめ	0.6 g
こしょう	0.01 g	三温糖	1.2 g	でん粉	0.6 g	鶏もも肉 皮なし	1 切	にんじん	4 g
いりごま	1 g	オイスターソース	0.4 g	ごま油	0.25 g	青ねぎ	2 g	穀物酢	2.5 g
ペーコン ⑫	8 g	でん粉	0.5 g	ごま油	0.4 g	淡口しょうゆ	2.5 g	上白糖	1.7 g
大根	30 g	キウイ	5 g	おろしにんにく		三温糖	1 g	ごま油	0.08 g
ブロッコリー	15 g	バナナ	15 g	ひじき		料理酒	1 g		
玉ねぎ	20 g	パイナ缶	10 g	たくあん	10 g	鶏むね肉 皮なし			
にんじん	10 g	黄桃缶	14 g	もやし	23 g	塩			
白菜	20 g	ナタデココ	15 g	チンゲン菜	15 g	こしょう	0.05 g		
しめじ	8 g	カットわかめ	0.8 g	にんじん	5 g	おろししょうが			
岩津ねぎ	4 g	玉ねぎ	30 g	淡口しょうゆ	0.8 g	おろししょうが	0.01 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	青ねぎ	0.01 g		
淡口しょうゆ	3.8 g	もやし	12 g	いりごま	0.8 g	おろししょうが	0.2 g		
塩	0.15 g	にら	6 g	豆腐	28 g	玉ねぎ	0.01 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	0.01 g		
		中華スープストック	①	にんじん	5 g	塩	0.01 g		
		淡口しょうゆ	0.7 g	じやがいも	20 g	こしょう	0.01 g		
		塩	2.5 g	玉ねぎ	15 g	サラダ油	0.01 g		
		こしょう	0.13 g	ささがきごぼう	8 g	玉ねぎ	1.3 g	ウスターーソース	2 g
			0.01 g	つきこんにやく	5 g	玉ねぎ	5 g	ケチャップ	⑤
				岩津ねぎ	3.5 g	油揚げ	8 g	脱脂粉乳	4.8 g
				だし用かつお	2 g	白玉団子	24 g		3 g
				だし用昆布	1 g	にんじん	7 g		
				淡口しょうゆ	3.6 g	玉ねぎ	15 g		
				濃口しょうゆ	1.4 g	大根	18 g		
				みりん	1.4 g	小松菜	8 g		
				塩	0.1 g	煮干し	3.5 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				ボラのヤンニヨムソース →豚肉のヤンニヨムソース				手作りとんかつ→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)	
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		コウノトリ米ごはん		コウノトリ米ごはん		コウノトリ米ごはん		コウノトリ米ごはん	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
もみの木ハンバーグ		鯖の塩麹焼き		鶏肉の辛子揚げ		ハムのピザ風		ホッケの竜田揚げ	
プロッコリーのサラダ		五目豆		りんごとかぶのサラダ		小松菜の白和え		即席漬け	
冬野菜のミネストローネ		白菜のかき玉汁		えび団子スープ		豚汁		マーボー大根	
白バラヨーグルト								みかん	
米粉丸パン	1こ	米	73g	米	73g	米	73g	米	73g
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	40g		鯖	1切	鶏むね肉 皮つき	1枚	ボロニアハム	42
玉ねぎ	8g			塩麹	3g	濃口しょうゆ	2.5g	玉ねぎ	15g
おろししょうが	0.04g			料理酒	0.5g	料理酒	1g	ピーマン	2g
料理酒	4g			みりん	1.5g	粉辛子	0.5g	冷凍コーン	3g
濃口しょうゆ	1.7g			乾燥大豆	4g	でん粉	5g	塩	0.03g
みりん	1g			平天	10g	揚げ油	4g	こしよう	0.01g
三温糖	1g			角こんにゃく	10g			ケチャップ	5g
サラダ油	0.17g			にんじん	8g			ピザ用チーズ	7g
ツナ	4g			れんこん	10g				
プロッコリー	20g			洗いごぼう	10g				
キャベツ	25g			角切昆布	0.4g				
にんじん	5g			淡口しょうゆ	1.2g				
冷凍コーン	5g			濃口しょうゆ	0.5g				
穀物酢	2.2g			料理酒	0.5g				
淡口しょうゆ	1.3g			みりん	0.55g				
上白糖	0.6g			三温糖	0.2g				
塩	0.15g			だし用かつお	0.2g				
こしょう	0.01g			だし用昆布	0.1g				
サラダ油	1.3g			水	6g				
豚肉ウデ	8g			白菜	15g				
玉ねぎ	22g			卵	25g				
にんじん	8g			玉ねぎ	25g				
大根	15g			にんじん	8g				
じゃがいも	15g			しめじ	6g				
星型米粉マカロニ	4g			チンゲン菜	8g				
ダイスカットトマト缶	11.5g			だし用かつお	2g				
ケチャップ	6.6g			だし用昆布	1g				
スープストック	1.5g			淡口しょうゆ	3.6g				
三温糖	0.95g			みりん	0.8g				
塩	0.18g			塩	0.18g				
こしょう	0.02g			でん粉	1.4g				
淡口しょうゆ	0.2g								
白バラヨーグルト	50	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