

アレルギー食品使用予定献立表

2月2日(月)		2月3日(火)		2月4日(水)		2月5日(木)		2月6日(金)	
コッペパン 牛乳 木キの香草パン粉焼き ひじきのマリネ 冬野菜のトマト煮		コウノトリ米ごはん 牛乳 鶏肉と大豆の香り揚げ 梅おかか和え いわしのつみれ汁		コウノトリ米ごはん 牛乳 厚揚げのカレー炒め さつまいものヨーグルトサラダ のっつい汁		コウノトリ米ごはん 牛乳 鰯の白しょうゆ焼き ブロッコリーのごまドレッシング 高野豆腐の卵とじ		キムチごはん 牛乳 南瓜コロッケ 春雨サラダ わかめのみそ汁 いよかん	
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
コッペパン	1 こ	米	73 g	米	73 g	米	73 g	米	55 g
牛乳	1 本	牛乳	1 本	牛乳	1 本	牛乳	1 本	濃口しょうゆ	0.7 g
木キ	1 切	鶏むね肉 皮つき	40 g	厚揚げ	30 g	鰯	1 切	料理酒	1 g
塩	0.15 g	濃口しょうゆ	1.2 g	豚ミンチ	10 g	白しょうゆ	3 g	豚肉ウデ	12 g
こしょう	0.02 g	料理酒	0.8 g	玉ねぎ	13 g	三温糖	0.27 g	白菜キムチ	16 g
ワイン(白)	1 g	しょうが	0.2 g	にんじん	6 g	料理酒	1 g	にんじん	7 g
オリーブ油	1 g	でん粉	6 g	チンゲン菜	13 g	みりん	0.2 g	岩津ねぎ	3 g
にんにく	0.15 g	揚げ油	2 g	しょうが	0.3 g	ブロッコリー	15 g	オイスターソース	0.35 g
バジル	0.02 g	乾燥大豆	4 g	おろしにんにく	0.09 g	カリフラワー	10 g	濃口しょうゆ	1 g
オレガノ	0.02 g	でん粉	1 g	濃口しょうゆ	1.8 g	大根	20 g	塩	0.1 g
麦 パン粉	6 g	揚げ油	0.2 g	白みそ	1.2 g	にんじん	5 g	こしょう	0.02 g
		玉ねぎ	7 g	三温糖	1 g	冷凍コーン	3 g	ごま油	0.2 g
ひじき	1.5 g	パセリ	0.3 g	料理酒	0.3 g	濃口しょうゆ	1.6 g	牛乳	1 本
じゃがいも	25 g	濃口しょうゆ	3.2 g	カレー粉	0.22 g	穀物酢	1.6 g	麦 南瓜コロッケ	45
にんじん	5 g	穀物酢	2.1 g	でん粉	0.17 g	上白糖	1.4 g		1 こ
冷凍コーン	3 g	三温糖	3 g	麦 シェルマカロニ	1.6 g	白みそ	0.75 g	揚げ油	5 g
冷凍えだまめ	3 g	白菜	26 g		6 g	サラダ油	1.5 g	緑豆春雨	3 g
ロースハム	④	小松菜	14 g	麦 水菜	25 g	いりごま	1.5 g	もやし	18 g
穀物酢	2.1 g	もやし	8 g		6 g	鶏むね肉 皮つき	10 g	キヤベツ	15 g
上白糖	0.6 g	にんじん	5 g	麦 さつまいも	5 g	料理酒	0.3 g	きゅうり	5 g
淡口しょうゆ	1.7 g	淡口しょうゆ	1.4 g		5 g	高野豆腐	6.5 g	にんじん	5 g
塩	0.15 g	上白糖	0.8 g	麦 レモン果汁	0.65 g	じやがいも	40 g	穀物酢	2.5 g
こしょう	0.01 g	梅びしお	1.1 g		0.1 g	玉ねぎ	48 g	上白糖	2.5 g
サラダ油	1.3 g	糸かつお	0.6 g	麦 ヨーグルト(プレーン)	0.01 g	にんじん	15 g	塩	1.7 g
豚肉ウデ	20 g	55	いわしつみれ		4.5 g	干ししいたけ	0.8 g	サラダ油	0.08 g
料理酒	0.6 g		大根	18 g	冷凍いんげん	8 g	麦 卵	0.2 g	
大根	30 g	55	大根	28 g	卵	28 g	カットわかめ	0.75 g	
玉ねぎ	20 g		にんじん	6 g	煮干し	2 g	豆腐	25 g	
にんじん	8 g	洗いごぼう	10 g	55	5 g	三温糖	2.3 g	玉ねぎ	22 g
白菜	17 g	えのき	8 g		8 g	淡口しょうゆ	6.8 g	大根	15 g
エリンギ	8 g	岩津ねぎ	4 g	55	8 g	料理酒	1.8 g	岩津ねぎ	5 g
岩津ねぎ	8 g	煮干し	3.5 g		8 g	みりん	3 g	煮干し	15 g
ダイスカットトマト缶	9 g	合わせみそ	2 g	55	0.5 g	でん粉	0.7 g	合わせみそ	3.5 g
ケチャップ	⑤	赤だしみそ	5.3 g		3 g	55	2 g	赤だしみそ	5.2 g
ウスターソース	1 g	しょうが	0.15 g		2 g			いよかん	2 g
ポークパイヨン	⑯								1/6 こ
スープストック	⑯								
三温糖	0.45 g								
塩	0.15 g								
こしょう	0.02 g								
木キの香草パン粉焼き →鶏肉の香草焼き						鰯の白しょうゆ焼き →豚肉のガーリック炒め		南瓜コロッケ→ハムの磯辺焼き 42	

アレルギー食品使用予定献立表

2月9日(月)		2月10日(火)		2月11日(水)		2月12日(木)		2月13日(金)	
コッペパン 牛乳 白身魚のピザソース 黒豆とかんぴょうのサラダ コロコロ野菜スープ		コウノトリ米ごはん 牛乳 チキン南蛮 もやしののり和え 根菜のみぞ汁		建国記念の日		コウノトリ米ごはん 牛乳 焼きカレイ 野菜とするめの和え物 ほうとう ほんかん		コウノトリ米ごはん 牛乳 竹輪のアーモンド揚げ ひじきの炒め煮 だまこ鍋	
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
牛乳	1 本	牛乳	1 本			牛乳	1 本	牛乳	1 本
鱈	1 切	鰯むね肉 皮つき	1 切			干しカレイ	1 枚	竹輪	⑪
玉ねぎ	15 g	塩	0.1 g			キャベツ	28 g	小麦粉	4 g
ピーマン	2 g	こしょう	0.01 g			小松菜	16 g	アーモンド粉末	1.5 g
マッシュルーム	3 g	料理酒	1.5 g			にんじん	5 g	アーモンドスライス	6 g
塩	0.1 g	小麦粉	4.5 g			するめ	56	揚げ油	3.5 g
こしょう	0.01 g	揚げ油	4 g			淡口しょうゆ	2 g		
ケチャップ	⑤	上白糖	2 g			上白糖	1.4 g	ひじき	1.5 g
ビザ用チーズ	8 g	穀物酢	2 g			みりん	0.3 g	牛肉	10 g
乾燥黒豆	3 g	濃口しょうゆ	1.2 g					つきこんにやく	14 g
でん粉	0.5 g	レモン果汁	0.55 g					れんこん	8 g
揚げ油	1 g	ゆで卵	7.7 g					にんじん	6 g
かんぴょう	1.2 g	パセリ	0.07 g					冷凍いんげん	3 g
キャベツ	20 g	らっきょう漬け	3.2 g					乾燥大豆	3 g
プロッコリー	15 g	ノンエッグマヨネーズ	7.2 g					濃口しょうゆ	2.3 g
にんじん	5 g	穀物酢	0.1 g					みりん	0.75 g
冷凍コーン	3 g	もやし	25 g					三温糖	0.95 g
淡口しょうゆ	2.5 g	白菜	15 g					水	10 g
穀物酢	2 g	ほうれん草	10 g					サラダ油	0.25 g
上白糖	0.5 g	にんじん	5 g					だまこもち	57
塩	0.1 g	淡口しょうゆ	2 g					鰯むね肉 皮なし	25 g
ごま油	0.8 g	みりん	1 g					料理酒	12 g
いりごま	1 g	サラダ油	0.6 g					大根	0.5 g
		刻みのり	0.3 g					にんじん	25 g
ベーコン	⑫	玉ねぎ	18 g					にんじん	10 g
料理酒	0.4 g	大根	25 g					洗いごぼう	15 g
じゃがいも	16 g	にんじん	5 g					小松菜	15 g
さつまいも	16 g	ささがきごぼう	8 g					まいたけ	5 g
大根	16 g	えのき	6 g					岩津ねぎ	8 g
玉ねぎ	12 g	つきこんにやく	8 g					油揚げ	5 g
にんじん	7 g	油揚げ	3 g					だし用かつお	2 g
青ねぎ	2.5 g	岩津ねぎ	5 g					だし用昆布	1 g
ポークブイヨン	⑯	煮干し	3.5 g					淡口しょうゆ	4.5 g
淡口しょうゆ	11.5 g	合わせみそ	5.3 g					みりん	0.8 g
塩	0.15 g	赤だしみそ	2 g					塩	0.2 g
こしょう	0.01 g								
白身魚のピザソース■鶏肉のピザソース						焼きカレイ■鶏肉のピリ辛炒め ほうとう→ほうとう(米粉麺)		竹輪のアーモンド揚げ ■厚揚げのみぞ焼き	

アレルギー食品使用予定献立表

2月16日(月)		2月17日(火)		2月18日(水)		2月19日(木)		2月20日(金)	
米粉丸パン 牛乳 煮込みハンバーグ きのことえびのパスタ ほうれん草のスープ		コウノトリ米ごはん 牛乳 鮭の塩焼き ナムル 春雨スープ クレープ(みかん)		コウノトリ米ごはん 牛乳 五目玉子焼き 小松菜のおひたし さつま汁 りんご		コウノトリ米ごはん 牛乳 鶏肉と岩津ねぎの甘辛炒め キャベツのさっぱりサラダ 豆腐のみぞ汁		麦わらめごはん 牛乳 ししゃものチーズフリッター 大根のきんぴら ごま豆乳鍋	
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	65 g
牛乳	1 本	牛乳	1 本	牛乳	1 本	牛乳	1 本	米粒麦	6 g
ハンバーグ 58	1 こ	秋鮭	1 切	卵	38 g	鶏もも肉 皮なし	48 g	わかめごはんの素	1.2 g
玉ねぎ 12 g	12 g	塩	0.2 g	淡口しょうゆ	0.3 g	濃口しょうゆ	0.5 g	牛乳	1 本
ダイスカットトマト缶	12 g	ほうれん草	20 g	玉ねぎ	18 g	料理酒	0.2 g	ししゃも	2 尾
ケチャップ ⑤	8 g	もやし	25 g	にんじん	5 g	岩津ねぎ	20 g	こしょう	0.01 g
ワイン(赤) 3 g	3 g	にんじん	10 g	えのき	5 g	しめじ	8 g	粉チーズ	1.2 g
ウスターーソース 1.5 g	1.5 g	淡口しょうゆ	1.7 g	ひじき	0.5 g	淡口しょうゆ	2.4 g	小麦粉	3 g
三温糖 1 g	1 g	塩	0.1 g	岩津ねぎ	0.5 g	三温糖	1.2 g	でん粉	1.8 g
コンソメ ⑧	0.2 g	ごま油	1.3 g	淡口しょうゆ	1.3 g	料理酒	0.8 g	揚げ油	3 g
水 10 g	10 g	いりごま	1.2 g	三温糖	1.1 g	みりん	0.8 g		
麦 ヒ				塩	0.12 g	おろしにんにく	0.1 g	平天	⑪
スパゲティ 10 g	10 g	豚肉ウデ	10 g	小松菜	15 g	ごま油	0.25 g	大根	7 g
むきえび 14 g	14 g	料理酒	0.4 g	白菜	25 g	でん粉	0.6 g	れんこん	26 g
えのき 4 g	4 g	緑豆春雨	3 g	切干大根	2 g	キャベツ	32 g	にんじん	8 g
しめじ 3 g	3 g	玉ねぎ	15 g	淡口しょうゆ	2.1 g	小松菜	15 g	つきこんにやく	6 g
エリンギ 3 g	3 g	にんじん	5 g	みりん	1.5 g	赤パプリカ	4 g	冷凍だまめ	10 g
マッシュルーム 3 g	3 g	白菜	15 g	糸かつお	0.6 g	刻み昆布	0.2 g	濃口しょうゆ	3.5 g
塩 0.08 g	0.08 g	干ししいたけ	0.5 g	鶏むね肉 皮つき	10 g	しょうが	0.2 g	淡口しょうゆ	1.5 g
こしょう 0.01 g	0.01 g	岩津ねぎ	3 g	料理酒	0.4 g	淡口しょうゆ	1.8 g	料理酒	0.5 g
淡口しょうゆ 0.5 g	0.5 g	中華スープストック ⑥	0.75 g	さつまいも	25 g	穀物酢	1.8 g	みりん	0.3 g
スープストック 0.3 g	0.3 g	淡口しょうゆ	2.6 g	大根	13 g	上白糖	1.5 g	三温糖	0.9 g
おろしにんにく 0.1 g	0.1 g	塩	0.15 g	玉ねぎ	10 g	塩	0.08 g	サラダ油	0.3 g
サラダ油 0.2 g	0.2 g	こしょう	0.01 g	にんじん	5 g	レモン果汁	0.9 g		
大根 8 g	8 g	クレープ(みかん) 59	1 こ	つきこんにやく	7 g	豆腐	25 g	豚肉もも	20 g
にんじん 4 g	4 g			ささがきごぼう	6 g	油揚げ	3 g	しょうが	0.5 g
青ねぎ 3 g	3 g			岩津ねぎ	3 g	じゃがいも	22 g	にんにく	0.2 g
チキンウインナー ⑮ 8 g	8 g			煮干し	3.5 g	玉ねぎ	12 g	料理酒	1.2 g
冷凍ほうれん草 20 g	20 g			合わせみそ	4 g	にんじん	7 g	厚揚げ	25 g
玉ねぎ 35 g	35 g			赤だしみそ	3.3 g	岩津ねぎ	5 g	白菜	35 g
冷凍コーン 8.5 g	8.5 g			りんご	1/6 こ	煮干し	3.5 g	玉ねぎ	20 g
チキンブイヨン ⑯ 11.5 g	11.5 g					合わせみそ	5.3 g	にんじん	10 g
淡口しょうゆ 3.8 g	3.8 g					赤だしみそ	2 g	もやし	15 g
塩 0.15 g	0.15 g							岩津ねぎ	8 g
こしょう 0.01 g	0.01 g							だし用昆布	0.6 g
きのことえびのパスタ→パスタ(米粉麺)		鮭の塩焼き→鶏肉の塩焼き		五目玉子焼き→肉団子の和風あんかけ りんご→デコポン				ししゃものチーズフリッター →鶏肉のさっぱり煮	

アレルギー食品使用予定献立表

2月23日(月)		2月24日(火)		2月25日(水)		2月26日(木)		2月27日(金)	
天皇誕生日		コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖のごまみりん焼き 白菜の煮びたし 朝来鉱石汁		コウノトリ米ごはん 牛乳 鶏肉のみそ山椒焼き マーミナーチャンブルー みぞれ汁		コウノトリ米ごはん 牛乳 キスのキャロットソース 青菜とかまぼこの和え物 かす汁		玄米入りごはん 牛乳 ひよこ豆のカレー れんこんチップスのサラダ バナナ	
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	65 g
		牛乳	1 本	牛乳	1 本	牛乳	1 本	もち玄米	6.5 g
		鯖	1 切	鶏もも肉 皮なし	1 切	キス	1 尾	牛乳	1 本
		塩	0.12 g	合わせみそ	1 g	でん粉	4 g	豚ミンチ	18 g
		料理酒	0.8 g	赤だしみそ	1 g	揚げ油	4 g	レバーそぼろ	3 g
		濃口しょうゆ	1.5 g	濃口しょうゆ	0.4 g	にんじん	5 g	塩	0.05 g
		みりん	3 g	みりん	1.5 g	玉ねぎ	5 g	こしょう	0.01 g
		三温糖	0.25 g	料理酒	1 g	三温糖	2 g	しょうが	0.2 g
		いりごま	1.2 g	三温糖	0.5 g	淡口しょうゆ	2.5 g	にんにく	0.2 g
		油揚げ	7 g	山椒の佃煮	0.3 g	穀物酢	1.2 g	サラダ油	0.2 g
		濃口しょうゆ	0.45 g	ベーコン	⑫	水	2 g	乾燥ひよこ豆	5 g
		三温糖	0.27 g	厚揚げ	25 g	卵	8 g	玉ねぎ	30 g
		刻み昆布	0.25 g	もやし	27 g	穀物酢	0.15 g	にんじん	18 g
		にんじん	4 g	チンゲン菜	10 g	塩	0.05 g	じゃがいも	35 g
		白菜	38 g	にら	6 g	三温糖	0.3 g	バーモントカレー	⑨ 8.3 g
		小松菜	15 g	にんじん	6 g	小松菜	15 g	ジャワカレー	⑩ 2.8 g
		淡口しょうゆ	1.6 g	淡口しょうゆ	1.8 g	白菜	23 g	カレー粉	0.1 g
		三温糖	0.2 g	三温糖	1 g	白かまぼこ	60	ウスターーソース	2 g
		みりん	1 g	料理酒	1 g	ノンエッグマヨネーズ	3 g	ケチャップ	⑤ 4.8 g
		牛すじ肉	16 g	塩	0.1 g	淡口しょうゆ	1.6 g	脱脂粉乳	3 g
		水煮大豆	5 g	サラダ油	0.3 g				
		さつまいも	25 g	糸かつお	0.7 g				
		大根	16 g	煮こみ餅	22 g				
		にんじん	7 g	大根	40 g				
		岩津ねぎ	7 g	にんじん	5 g				
		煮干し	3.5 g	白菜	12 g				
		合わせみそ	4 g	なめこ	8 g				
		赤だしみそ	3.3 g	岩津ねぎ	5 g				
				だし用かつお	2 g				
				だし用昆布	1 g				
				淡口しょうゆ	5 g				
				みりん	2.3 g				
				塩	0.15 g				
				でん粉	1.2 g				
鯖のごまみりん焼き→鶏肉の照り焼き						キスのキャロットソース →鶏肉のキャロットソース		バナナ → いよかん	