

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 ホ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 のっぺい汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖の白しょうゆ焼き 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	
ホキ	1 切		鶏むね肉 皮つき	40 g		厚揚げ	30 g		鯖	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	
ひじき	1.5 g		玉ねぎ	7 g		三温糖	1 g		冷凍コーン	3 g		ごま油	0.2 g	
じゃがいも	25 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	
にんじん	5 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	1 こ
冷凍コーン	3 g		穀物酢	2.1 g		でん粉	0.17 g		上白糖	1.4 g		揚げ油	5 g	
冷凍えだまめ	3 g		三温糖	3 g		麦シェルマカロニ	1.6 g		白みそ	0.75 g		緑豆春雨	3 g	
ロースハム	3 g	④	白菜	26 g		水菜	6 g		サラダ油	1.5 g		もやし	18 g	
穀物酢	2.1 g		小松菜	14 g		さつまいも	25 g		いりごま	1.5 g		キャベツ	15 g	
上白糖	0.6 g		もやし	8 g		りんご	6 g		鶏むね肉 皮つき	10 g		きゅうり	5 g	
淡口しょうゆ	1.7 g		にんじん	5 g		ノンエッグマヨネーズ	5 g		料理酒	0.3 g		にんじん	5 g	
塩	0.15 g		淡口しょうゆ	1.4 g		レモン果汁	0.65 g		高野豆腐	6.5 g		淡口しょうゆ	2.5 g	
こしょう	0.01 g		上白糖	0.8 g		塩	0.1 g		じゃがいも	40 g		穀物酢	2.5 g	
サラダ油	1.3 g		梅びしお	1.1 g		こしょう	0.01 g		玉ねぎ	48 g		上白糖	1.7 g	
豚肉ウデ	20 g		糸かつお	0.6 g		乳ヨーグルト(プレーン)	4.5 g		にんじん	15 g		塩	0.08 g	
料理酒	0.6 g		いわしつみれ	55 18 g		鶏むね肉 皮なし	12 g		干しいたけ	0.8 g		サラダ油	0.2 g	
大根	30 g		大根	28 g		料理酒	0.3 g		冷凍いんげん	8 g		カットわかめ	0.75 g	
玉ねぎ	20 g		にんじん	6 g		玉ねぎ	20 g		卵卵	28 g		豆腐	25 g	
にんじん	8 g		洗いごぼう	10 g		大根	18 g		煮干し	2 g		玉ねぎ	22 g	
白菜	17 g		えのき	8 g		にんじん	5 g		三温糖	2.3 g		大根	15 g	
エリンギ	8 g		岩津ねぎ	4 g		さがきごぼう	8 g		淡口しょうゆ	6.8 g		岩津ねぎ	5 g	
岩津ねぎ	8 g		煮干し	3.5 g		つきこんにやく	8 g		料理酒	1.8 g		煮干し	3.5 g	
ダイスカットトマト缶	9 g		合わせみそ	2 g		干しいたけ	0.5 g		みりん	3 g		合わせみそ	5.2 g	
ケチャップ	7.5 g	⑤	赤だしみそ	5.3 g		岩津ねぎ	3 g		でん粉	0.7 g		赤だしみそ	2 g	
ウスターソース	1 g		しょうが	0.15 g		だし用かつお	2 g					いよかん	1/6 こ	
ポークビヨン	10 g	⑧				だし用昆布	1 g							
スープストック	0.45 g	⑥				淡口しょうゆ	4.2 g							
三温糖	1 g					みりん	1.4 g							
塩	0.15 g					塩	0.18 g							
こしょう	0.02 g					でん粉	1.2 g							
ホキの香草パン粉焼き ➡鶏肉の香草焼き									鯖の白しょうゆ焼き ➡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 根菜のみそ汁			建国記念の日			コウノトリ米ごはん 牛乳 焼きカレー 野菜とするめの和え物 ほうとう ぼんかん			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	
鰯	1 切		鶏むね肉 皮つき	1 切					干しカレー	1 枚		竹輪 ⑪	25 g	
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	2 g		揚げ油	3.5 g	
こしょう	0.01 g		揚げ油	4 g					淡口しょうゆ	1.4 g		ひじき	1.5 g	
ケチャップ ⑤	8.5 g		上白糖	2 g					上白糖	0.3 g		牛肉	10 g	
ピザ用チーズ	8 g		穀物酢	2 g					みりん	0.6 g		つきこんにやく	14 g	
			濃口しょうゆ	1.2 g								れんこん	8 g	
乾燥黒豆	3 g		レモン果汁	0.55 g					ほうとうどん ⑫	30 g		にんじん	6 g	
でん粉	0.5 g		ゆで卵	7.7 g					豚肉ウデ	8 g		冷凍いんげん	3 g	
揚げ油	1 g		パセリ	0.07 g					油揚げ	3 g		乾燥大豆	3 g	
かんぴょう	1.2 g		らっきょう漬け	3.2 g					かぼちゃ	20 g		濃口しょうゆ	2.3 g	
キャベツ	20 g		ノンエッグマヨネーズ	7.2 g					大根	20 g		みりん	0.75 g	
ブロッコリー	15 g		穀物酢	0.1 g					にんじん	5 g		三温糖	0.95 g	
にんじん	5 g								えのき	5 g		水	10 g	
冷凍コーン	3 g		もやし	25 g					岩津ねぎ	5 g		サラダ油	0.25 g	
淡口しょうゆ	2.5 g		白菜	15 g					煮干し	3.5 g		だまこもち 57	25 g	
穀物酢	2 g		ほうれん草	10 g					赤だしみそ	1.5 g		鶏むね肉 皮なし	12 g	
上白糖	0.5 g		にんじん	5 g					合わせみそ	5.3 g		料理酒	0.5 g	
塩	0.1 g		淡口しょうゆ	2 g					みりん	0.5 g		大根	25 g	
ごま油	0.8 g		みりん	1 g					三温糖	0.5 g		にんじん	10 g	
いりごま	1 g		サラダ油	0.6 g					ぼんかん	1/2 こ		洗いごぼう	15 g	
			刻みのり	0.3 g								小松菜	15 g	
ベーコン ⑬	8 g		玉ねぎ	18 g								まいたけ	5 g	
料理酒	0.4 g		大根	25 g								岩津ねぎ	8 g	
じゃがいも	16 g		にんじん	5 g								油揚げ	5 g	
さつまいも	16 g		ささがきごぼう	8 g								だし用かつお	2 g	
大根	16 g		えのき	6 g								だし用昆布	1 g	
玉ねぎ	12 g		つきこんにやく	8 g								淡口しょうゆ	4.5 g	
にんじん	7 g		油揚げ	3 g								みりん	0.8 g	
青ねぎ	2.5 g		岩津ねぎ	5 g								塩	0.2 g	
ポークブイヨン ⑭	11.5 g		煮干し	3.5 g										
淡口しょうゆ	4 g		合わせみそ	5.3 g										
塩	0.15 g		赤だしみそ	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									焼きカレー⇒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 ⇒厚揚げのみそ焼き		

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 豆腐のみそ汁			麦わかめごはん 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	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		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	
ダイスカットマト缶	12 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		ほうれん草	20 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		もやし	25 g		えのき	5 g		しめじ	8 g		粉チーズ	1.2 g	
ウスターソース	1.5 g		にんじん	10 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		淡口しょうゆ	1.7 g		岩津ねぎ	3 g		三温糖	1.2 g		でん粉	1.8 g	
コンソメ ⑧	0.2 g		塩	0.1 g		淡口しょうゆ	1.3 g		料理酒	0.8 g		揚げ油	3 g	
水	10 g		ごま油	1.3 g		三温糖	1.1 g		みりん	0.8 g				
麦 スパゲティ	10 g		いりごま	1.2 g		塩	0.12 g		おろしにんにく	0.1 g		平天 ⑩	7 g	
エビ むきえび	14 g					小松菜	15 g		ごま油	0.25 g		大根	26 g	
えのき	4 g		豚肉ウデ	10 g		白菜	25 g		でん粉	0.6 g		れんこん	8 g	
しめじ	3 g		料理酒	0.4 g		切干大根	2 g		キャベツ	32 g		にんじん	6 g	
エリンギ	3 g		緑豆春雨	3 g		淡口しょうゆ	2.1 g		小松菜	15 g		つきこんにやく	10 g	
マッシュルーム	3 g		玉ねぎ	15 g		みりん	1.5 g		赤パプリカ	4 g		冷凍えだまめ	3.5 g	
塩	0.08 g		にんじん	5 g		糸かつお	0.6 g		刻み昆布	0.2 g		濃口しょうゆ	1.5 g	
こしょう	0.01 g		白菜	15 g					しょうが	0.2 g		淡口しょうゆ	1.5 g	
淡口しょうゆ	0.5 g		干しいたけ	0.5 g		鶏むね肉 皮つき	10 g		淡口しょうゆ	1.8 g		料理酒	0.5 g	
スープストック ⑥	0.3 g		岩津ねぎ	3 g		料理酒	0.4 g		穀物酢	1.8 g		みりん	0.3 g	
おろしにんにく	0.1 g		中華スープストック ①	0.75 g		さつまいも	25 g		上白糖	1.5 g		三温糖	0.9 g	
サラダ油	0.2 g		淡口しょうゆ	2.6 g		大根	13 g		塩	0.08 g		サラダ油	0.3 g	
大根	8 g		塩	0.15 g		玉ねぎ	10 g		レモン果汁	0.9 g				
にんじん	4 g		こしょう	0.01 g		にんじん	5 g					豚肉もも	20 g	
青ねぎ	3 g		クレープ(みかん) 59	1 こ		つきこんにやく	7 g		豆腐	25 g		しょうが	0.5 g	
						ささがきごぼう	6 g		油揚げ	3 g		にんにく	0.2 g	
チキンウインナー ⑮	8 g					岩津ねぎ	3 g		じゃがいも	22 g		料理酒	1.2 g	
冷凍ほうれん草	20 g					煮干し	3.5 g		玉ねぎ	12 g		厚揚げ	25 g	
玉ねぎ	35 g					合わせみそ	4 g		にんじん	7 g		白菜	35 g	
冷凍コーン	8.5 g					赤だしみそ	3.3 g		岩津ねぎ	5 g		玉ねぎ	20 g	
チキンブイヨン ⑯	11.5 g								煮干し	3.5 g		にんじん	10 g	
淡口しょうゆ	3.8 g					りんご	1/6 こ		合わせみそ	5.3 g		もやし	15 g	
塩	0.15 g								赤だしみそ	2 g		岩津ねぎ	8 g	
こしょう	0.01 g											だし用昆布	0.6 g	
												淡口しょうゆ	4 g	
												濃口しょうゆ	1.6 g	
												みりん	0.5 g	
												調整豆乳	25 g	
												いりごま	1.5 g	
きのこえびのパスタ⇒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⇒デコボン						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 マーミナーチャンプルー 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	
						山椒の佃煮	0.3 g		穀物酢	1.2 g		サラダ油	0.2 g	
			油揚げ	7 g					水	2 g		乾燥ひよこ豆	5 g	
			濃口しょうゆ	0.45 g		ベーコン ⑫	7 g		卵	8 g		玉ねぎ	30 g	
			三温糖	0.27 g		厚揚げ	25 g		穀物酢	0.15 g		にんじん	18 g	
			刻み昆布	0.25 g		もやし	27 g		塩	0.05 g		じゃがいも	35 g	
			にんじん	4 g		チンゲン菜	10 g		三温糖	0.3 g		バーモントカレー ⑨	8.3 g	
			白菜	38 g		にら	6 g		小松菜	15 g		ジャワカレー ⑩	2.8 g	
			小松菜	15 g		にんじん	6 g		白菜	23 g		カレー粉	0.1 g	
			淡口しょうゆ	1.6 g		淡口しょうゆ	1.8 g		白かまぼこ 60	10 g		ウスターソース	2 g	
			三温糖	0.2 g		三温糖	1 g		ノンエッグマヨネーズ	3 g		ケチャップ ⑤	4.8 g	
			みりん	1 g		料理酒	1 g		淡口しょうゆ	1.6 g		乳 脱脂粉乳	3 g	
						塩	0.1 g							
			牛すじ肉	16 g		サラダ油	0.3 g		豚肉ウデ	12 g		れんこん	15 g	
			水煮大豆	5 g		糸かつお	0.7 g		料理酒	0.5 g		揚げ油	0.75 g	
			さつまいも	25 g					さといも	15 g		キャベツ	22 g	
			大根	16 g		煮こみ餅	22 g		大根	20 g		ブロッコリー	13 g	
			にんじん	7 g		大根	40 g		にんじん	8 g		にんじん	5 g	
			岩津ねぎ	7 g		にんじん	5 g		ささがきごぼう	8 g		冷凍コーン	3 g	
			煮干し	3.5 g		白菜	12 g		つきこんにゃく	8 g		ひじき	0.2 g	
			合わせみそ	4 g		なめこ	8 g		干しいたけ	0.5 g		穀物酢	2.2 g	
			赤だしみそ	3.3 g		岩津ねぎ	5 g		岩津ねぎ	3.5 g		淡口しょうゆ	1.8 g	
						だし用かつお	2 g		煮干し	3.5 g		上白糖	0.6 g	
						だし用昆布	1 g		酒かす	5 g		塩	0.15 g	
						淡口しょうゆ	5 g		赤だしみそ	1.8 g		こしょう	0.01 g	
						みりん	2.3 g		合わせみそ	5.5 g		サラダ油	1.3 g	
						塩	0.15 g		淡口しょうゆ	0.8 g		バナナ	1/2 本	
						でん粉	1.2 g		みりん	0.45 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		