

アレルギー食品使用予定献立表

3月2日(月)			3月3日(火)			3月4日(水)			3月5日(木)			3月6日(金)		
コッペパン 牛乳 揚げ鶏の野菜甘酢あん 切干大根のサラダ 春雨スープ			ちらし寿司 牛乳 花型ハンバーグの和風あん ブロッコリーのごま和え すまし汁 清見オレンジ			コウノトリ米ごはん 牛乳 カレイのから揚げ もやしののり和え 厚揚げのうま煮			コウノトリ米ごはん 牛乳 タコライス(具) キャベツのソテー もずくのスープ			コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖の風味焼き マカロニサラダ ほうれん草のすまし汁		
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	
コッペパン	1 こ		米	65 g		米	73 g		米	73 g		米	73 g	
牛乳	1 本		料理酒	0.28 g		牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本	
鶏むね肉 皮つき	40 g		だし用昆布	0.05 g		カレイ(40g)	1 切		豚ミンチ	40 g		鯖	1 切	
濃口しょうゆ	1 g		上白糖	6.5 g		揚げ油	4 g		水煮大豆	7 g		岩津ねぎ	2 g	
料理酒	0.8 g		穀物酢	8 g		もやし	20 g		玉ねぎ	20 g		濃口しょうゆ	2 g	
おろししょうが	0.2 g		塩	0.5 g		チンゲン菜	15 g		にんじん	10 g		料理酒	0.8 g	
高野豆腐	3 g		油揚げ	2 g		大根	15 g		にんにく	0.2 g		みりん	2 g	
でん粉	6 g		れんこん	8 g		にんじん	5 g		ダ이스カットマト缶	11 g		三温糖	0.2 g	
揚げ油	2 g		ささがきごぼう	5 g		にんじん	2 g		ケチャップ ⑤	5.5 g		おろししょうが	0.8 g	
玉ねぎ	6 g		かんぴょう	0.3 g		淡口しょうゆ	1 g		ウスターソース	1.7 g		マカロニ	7 g	
じゃがいも	15 g		淡口しょうゆ	2.5 g		みりん	0.6 g		濃口しょうゆ	0.55 g		玉ねぎ	5 g	
濃口しょうゆ	3.2 g		料理酒	0.5 g		サラダ油	0.3 g		チリパウダー	0.06 g		きゅうり	8 g	
穀物酢	2.1 g		みりん	0.75 g		刻みのり	12 g		塩	0.2 g		キャベツ	18 g	
三温糖	3 g		三温糖	1 g		鶏もも肉 皮つき	0.5 g		こしょう	0.02 g		ローズハム ④	5 g	
			卵 錦糸卵	8 g		料理酒	25 g		でん粉	0.25 g		こしょう	0.01 g	
			菜の花	4 g		厚揚げ	50 g		キャベツ	40 g		穀物酢	0.5 g	
ツナ	3 g		牛乳	1 本		じゃがいも	40 g		玉ねぎ	20 g		淡口しょうゆ	0.5 g	
切干大根	4 g		花型ハンバーグ 61	1 こ		玉ねぎ	20 g		冷凍コーン	3 g		ノンエッグマヨネーズ	7 g	
ひじき	0.8 g		濃口しょうゆ	1.8 g		にんじん	15 g		サラダ油	0.15 g		焼きかまぼこ ⑬	12 g	
きゅうり	6 g		みりん	1.8 g		たけのこ水煮	0.5 g		塩	0.25 g		ほうれん草	15 g	
にんじん	5 g		三温糖	0.75 g		干しいたけ	20 g		こしょう	0.01 g		玉ねぎ	20 g	
キャベツ	16 g		料理酒	0.6 g		つきこんにゃく	2 g		濃口しょうゆ	0.1 g		大根	15 g	
ノンエッグマヨネーズ	2.5 g		でん粉	0.2 g		煮干し	1.1 g		もずく	13 g		にんじん	6 g	
淡口しょうゆ	1 g		ブロッコリー	15 g		三温糖	4 g		豆腐	25 g		なめこ	8 g	
塩	0.08 g		白菜	10 g		淡口しょうゆ	1.8 g		大根	27 g		だし用かつお	2 g	
こしょう	0.01 g		大根	18 g		料理酒	1 g		にんじん	5 g		だし用昆布	1 g	
サラダ油	2 g		きゅうり	5 g		みりん	1.8 g		えのき	8 g		淡口しょうゆ	3.8 g	
上白糖	1 g		淡口しょうゆ	1.4 g					岩津ねぎ	5 g		みりん	0.2 g	
穀物酢	2 g		上白糖	0.3 g					中華スープストック ①	0.75 g		塩	0.15 g	
玉ねぎ	5 g		みりん	0.7 g					淡口しょうゆ	2.6 g				
緑豆春雨	3 g		いりごま	1 g					塩	0.15 g				
玉ねぎ	18 g		カットわかめ	0.7 g					こしょう	0.01 g				
にんじん	5 g		豆腐	15 g										
チンゲン菜	10 g		玉ねぎ	25 g										
冷凍コーン	5 g		にんじん	5 g										
干しいたけ	0.5 g		しめじ	10 g										
もやし	6 g		岩津ねぎ	5 g										
チキンブイヨン ⑬	11.5 g		だし用かつお	2 g										
淡口しょうゆ	3.7 g		だし用昆布	1 g										
塩	0.15 g		淡口しょうゆ	3.9 g										
こしょう	0.01 g		みりん	0.2 g										
			塩	0.15 g										
			清見オレンジ	1/8 こ										
						カレイのから揚げ➡豚肉の照り焼き						鯖の風味焼き➡鶏肉の風味焼き		

アレルギー食品使用予定献立表

3月9日(月)			3月10日(火)			3月11日(水)			3月12日(木)			3月13日(金)		
減量コッペパン 牛乳 鶏肉のパセリ焼き ひじきのマリネ 焼きそば			コウノトリ米ごはん 牛乳 ししゃものフライ 昆布和え 鶏すき焼き			麦ごはん 牛乳 ほうれん草のチキンカレー ホタルイカと生わかめのマリネ デコボン			コウノトリ米ごはん 牛乳 鰯の岩津ねぎマヨ焼き アーモンド和え キムチスープ			コウノトリ米ごはん 牛乳 竹輪の二色揚げ きんぴらごぼう かき玉汁		
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	
コッペパン	50 g		米	73 g		米	65 g		米	73 g		米	73 g	
牛乳	1 本		牛乳	1 本		米粒麦	6 g		牛乳	1 本		牛乳	1 本	
鶏もも肉 皮なし	1 切		ししゃも (30g)	2 尾		牛乳	1 本		鰯	40 g		竹輪	⑪	12.5 g
淡口しょうゆ	1.2 g		小麦粉	2.8 g		鶏もも肉 皮つき	20 g		ノンエッグマヨネーズ	6 g		米粉		3.5 g
料理酒	1 g		パン粉	4 g		塩	0.05 g		料理酒	0.4 g		青のり粉		0.05 g
サラダ油	1 g		揚げ油	4 g		こしょう	0.01 g		岩津ねぎ	4 g		竹輪	⑪	12.5 g
塩	0.03 g					おろししょうが	0.2 g					米粉		3 g
こしょう	0.02 g		チンゲン菜	15 g		おろしにんにく	0.2 g		カリフラワー	10 g		カレー粉		0.1 g
おろしにんにく	0.4 g		大根	20 g		サラダ油	0.2 g		キャベツ	23 g		揚げ油		5 g
パセリ	0.2 g		きゅうり	5 g		玉ねぎ	40 g		チンゲン菜	10 g				
			にんじん	5 g		にんじん	15 g		にんじん	5 g		豚肉もも		8 g
ひじき	1.6 g		もやし	15 g		じゃがいも	40 g		冷凍コーン	5 g		ささがきごぼう		18 g
大根	20 g		塩昆布	2 g		エリンギ	8 g		角チーズ	3 g		れんこん		10 g
きゅうり	8 g		塩	0.03 g		ほうれん草	12 g		淡口しょうゆ	2.2 g		にんじん		5 g
冷凍コーン	5 g					パーム油	8.8 g		上白糖	0.8 g		小松菜		8 g
ブロッコリー	7 g		鶏むね肉 皮つき	18 g		ジャワカレー	2.8 g		アーモンド粉末	1 g		つきこんにやく		10 g
穀物酢	2.2 g		焼き豆腐	25 g		カレー粉	0.1 g		アーモンドダイス	1 g		濃口しょうゆ		1.4 g
上白糖	0.6 g		つきこんにやく	15 g		ウスターソース	2 g					淡口しょうゆ		1.4 g
淡口しょうゆ	1.5 g		白菜	35 g		ケチャップ	3.8 g		豚肉ウデ	10 g		料理酒		0.5 g
塩	0.08 g		玉ねぎ	35 g		乳 脱脂粉乳	3 g		白菜キムチ	18 g		みりん		0.3 g
こしょう	0.01 g		にんじん	15 g					ごま油	0.6 g		三温糖		0.9 g
サラダ油	1 g		ささがきごぼう	15 g		ホタルイカ	12 g		豆腐	22 g		サラダ油		0.3 g
			えのき	5 g		大根	20 g		にんじん	6 g		いりごま		1 g
麦 焼そばめん	28 g		岩津ねぎ	12 g		ブロッコリー	12 g		えのき	8 g		卵 卵		25 g
豚肉ウデ	12 g		淡口しょうゆ	2.5 g		にんじん	5 g		岩津ねぎ	5 g		玉ねぎ		28 g
塩	0.18 g		濃口しょうゆ	3.5 g		冷凍えだまめ	5 g		マロニー	3 g		にんじん		5 g
こしょう	0.02 g		料理酒	1 g		生わかめ	8 g		赤だしみそ	2 g		白菜		10 g
サラダ油	0.5 g		みりん	1 g		りんご酢	2.2 g		合わせみそ	2.7 g		しいたけ		6 g
玉ねぎ	30 g		三温糖	1.3 g		淡口しょうゆ	1.5 g		淡口しょうゆ	1 g		岩津ねぎ		3.5 g
にんじん	15 g					上白糖	0.9 g					だし用かつお		2 g
キャベツ	40 g					塩	0.08 g		料理酒	1.5 g		だし用昆布		1 g
もやし	15 g					こしょう	0.01 g					淡口しょうゆ		4 g
ピーマン	3 g					サラダ油	1 g					みりん		0.8 g
ウスターソース	5 g					玉ねぎ	5 g					塩		0.17 g
とんかつソース	8 g											でん粉		1.2 g
糸かつお	0.4 g					デコボン	1/4 こ							
焼きそば⇒焼きそば(米粉麺)			ししゃものフライ⇒豚肉のから揚げ			鰯の岩津ねぎマヨ焼き ⇒鶏肉の岩津ねぎマヨ焼き			竹輪の二色揚げ⇒鶏肉のカレー照り焼き					

アレルギー食品使用予定献立表

3月16日(月)			3月17日(火)			3月18日(水)			3月19日(木)			3月20日(金)		
コッペパン 牛乳 ホキのフレーク焼き ビーフンサラダ じゃがいものトマト煮			赤飯 牛乳 油淋鶏から揚げ 春キャベツのじゃこサラダ みつばとゆばのすまし汁 新おめでとうデザート			コウノトリ米ごはん 牛乳 豚肉の生姜炒め フルーツ和え けんちん汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 串カツ レタスのごま酢和え さつま団子汁					
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	
コッペパン	1 こ		米	50 g		米	73 g		米	73 g				
牛乳	1 本		米・もち米	14 g		牛乳	1 本		牛乳	1 本				
ホキ	1 切		乾燥あずき	8 g		豚肉もも	40 g		卵 うずら卵 水煮	1 こ				
塩	0.07 g		塩	0.15 g		玉ねぎ	30 g		ししとう	20 g				
こしょう	0.01 g		いりごま 黒	0.5 g		にんじん	5 g		鶏むね肉 皮なし	30 g				
ノンエッグマヨネーズ	6 g		牛乳	1 本		しょうが	1.5 g		ミニウィンナー ⑦	1 本				
コーンフレーク	9 g		鶏むね肉 皮つき	1 切		三温糖	2 g		塩	0.04 g				
ビーフン	6 g		おろししょうが	0.2 g		みりん	2 g		こしょう	0.02 g				
もやし	20 g		料理酒	1 g		濃口しょうゆ	3.7 g		小麦粉 ⑤	3 g				
にんじん	5 g		でん粉	4.5 g		サラダ油	0.3 g		パン粉	6 g				
きゅうり	6 g		揚げ油	4 g		いちご	7 g		揚げ油	4 g				
鶏ささみ	10 g		岩津ねぎ	3 g		キウイ	5 g		ウスターソース	1.5 g				
料理酒	0.7 g		おろしにんにく	0.3 g		バナナ	15 g		ケチャップ ⑤	2 g				
穀物酢	2.5 g		濃口しょうゆ	3 g		黄桃缶	13 g		三温糖	0.05 g				
淡口しょうゆ	2.5 g		三温糖	1.5 g		ナタデココ	15 g		みりん	0.09 g				
上白糖	1 g		穀物酢	2.8 g					レタス	22 g				
サラダ油	2 g		ごま油	0.2 g		豆腐	28 g		にんじん	5 g				
粉辛子	0.08 g		料理酒	0.8 g		油揚げ	3 g		きゅうり	5 g				
			キャベツ	20 g		にんじん	5 g		切干大根	1.8 g				
ベーコン ⑫	8 g		ほうれん草	15 g		大根	20 g		カットわかめ	0.5 g				
料理酒	0.5 g		冷凍茎わかめ	5 g		白菜	15 g		糸かまぼこ 28	5 g				
キャベツ	18 g		にんじん	5 g		さがきごぼう	8 g		穀物酢	2.2 g				
ダイスカットトマト缶	15 g		ちりめんじゃこ	4 g		つきこんにゃく	5 g		淡口しょうゆ	2.7 g				
じゃがいも	25 g		淡口しょうゆ	1.7 g		岩津ねぎ	3.5 g		上白糖	1.5 g				
玉ねぎ	30 g		穀物酢	2.3 g		だし用かつお	2 g		塩	0.04 g				
にんじん	8 g		みりん	0.4 g		だし用昆布	1 g		いりごま	1 g				
マッシュルーム	3 g		上白糖	0.8 g		淡口しょうゆ	3.6 g							
セロリ	3 g		サラダ油	1 g		濃口しょうゆ	1.4 g		さつまいも	28 g				
ケチャップ ⑤	7 g					みりん	1.4 g		でん粉	5 g				
三温糖	1.2 g		乾燥ゆば	2 g		塩	0.1 g		塩	0.01 g				
みりん	0.5 g		豆腐	20 g					厚揚げ	12 g				
淡口しょうゆ	0.35 g		玉ねぎ	20 g					しめじ	6 g				
スープストック ⑥	1 g		大根	18 g					玉ねぎ	20 g				
塩	0.15 g		にんじん	6 g					にんじん	5 g				
こしょう	0.02 g		えのき	8 g					洗いごぼう	6 g				
			みつば	1.2 g					岩津ねぎ	5 g				
			だし用かつお	2 g					豆乳	12 g				
			だし用昆布	1 g					煮干し	3.5 g				
			淡口しょうゆ	3.9 g					合わせみそ	4.3 g				
			みりん	0.2 g					赤だしみそ	3 g				
			塩	0.15 g										
			おめでとうデザート 62	1 こ										
ホキのフレーク焼き➡鶏肉のフレーク焼き														

アレルギー食品使用予定献立表

3月6日(金)														
わかめごはん 牛乳 鯖のみそ煮 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ 紅白なます ほうれん草のすまし汁 いちご ほうれん草のすまし汁														
	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		大根	27 g									
	わかめごはんの素	1.2 g		にんじん	6 g									
	牛乳	1 本		れんこん	7 g									
	鯖	30 g		穀物酢	3 g									
	おろししょうが	1 g		淡口しょうゆ	1 g									
	白みそ	4.2 g		上白糖	1.5 g									
	合わせみそ	1.4 g		塩	0.04 g									
	三温糖	2.8 g		いりごま	1 g									
	みりん	1.4 g		焼かまぼこ ⑱	12 g									
	料理酒	3.5 g		ほうれん草	15 g									
	濃口しょうゆ	1.4 g		玉ねぎ	20 g									
	水	15 g		大根	15 g									
	鶏もも肉 皮つき	30 g		にんじん	6 g									
	こしょう	0.01 g		なめこ	8 g									
	淡口しょうゆ	1.5 g		だし用かつお	2 g									
	料理酒	0.75 g		だし用昆布	1 g									
	おろしにんにく	0.15 g		淡口しょうゆ	3.8 g									
	でん粉	3.5 g		みりん	0.2 g									
	揚げ油	3 g		塩	0.15 g									
麦	マカロニ	5.6 g		いちご	2 こ									
	玉ねぎ	4 g		おめでとうデザート 62	1 こ									
	きゅうり	4 g												
	にんじん	4 g												
	キャベツ	12 g												
	ロースハム	3 g												
	こしょう	0.01 g												
	穀物酢	0.4 g												
	淡口しょうゆ	0.4 g												
	ノンエッグマヨネーズ	5.6 g												