

アレルギー食品使用予定献立表

6月1日(月)		6月2日(火)		6月3日(水)		6月4日(木)		6月5日(金)	
コッペパン 牛乳 白身魚のエスカベッシュ スパゲティサラダ コンソメスープ		コウノトリ米ごはん 牛乳 タンドリーチキン ひじきのマリネ ほうれん草のスープ ももゼリー		コウノトリ米ごはん 牛乳 淡路玉ねぎコロッケ チンゲン菜のおひたし もやしと豚肉のピリ辛みそ汁		コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖の梅煮 こんにやくサラダ 呉汁 ふりかけ		麦ごはん ハヤシライス 牛乳 そら豆とえびのガーリック炒め 河内晩柑	
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
パン コッペパン	1 こ	米	73 g	米	73 g	米	73 g	米	65 g
飲乳 牛乳	1 本	飲乳 牛乳	1 本	飲乳 牛乳	1 本	飲乳 牛乳	1 本	米粒麦	6 g
ホキ	1 切	鶏 鶏もも肉 皮なし	1 切	麦牛 淡路たまねぎコロッケ 33	1 こ	鯖	1 切	牛 牛肉	18 g
でん粉	3 g	にんにく	0.15 g	揚げ油	5 g	しょうが	0.8 g	塩	0.05 g
揚げ油	4 g	しょうが	0.15 g	チンゲン菜	28 g	梅びしお	5 g	こしょう	0.01 g
玉ねぎ	6 g	乳 ヨーグルト(プレーン)	4 g	白菜	20 g	淡口しょうゆ	5.5 g	にんにく	0.2 g
赤パプリカ	1.8 g	ケチャップ ⑩	1.8 g	にんじん	5 g	濃口しょうゆ	2 g	サラダ油	0.2 g
黄パプリカ	1.2 g	カレー粉	0.3 g	淡口しょうゆ	2.1 g	三温糖	5.5 g	玉ねぎ	75 g
おろしにんにく	0.1 g	濃口しょうゆ	0.7 g	みりん	1.5 g	みりん	2 g	にんじん	15 g
三温糖	1.5 g	みりん	0.5 g	糸かつお	0.6 g	料理酒	10 g	マッシュルーム	8 g
淡口しょうゆ	1.7 g	塩	0.15 g	豚 豚肉もも	12 g	水	40 g	ダイスカットトマト缶	8 g
穀物酢	1.5 g	こしょう	0.02 g	豆 厚揚げ	20 g	鶏 鶏ささみ	8 g	ハヤシチューの素 35	12.5 g
レモン果汁	0.7 g	ひじき	1.3 g	豆 厚揚げ	20 g	料理酒	0.55 g	ウスターソース	0.8 g
塩	0.1 g	じゃがいも	28 g	豆 厚揚げ	20 g	つきこんにやく	15 g	ケチャップ ⑩	2 g
こしょう	0.01 g	にんじん	5 g	豆 厚揚げ	20 g	大根	20 g	デミグラスソース 36	4.8 g
オリーブ油	0.3 g	きゅうり	6 g	豆 厚揚げ	20 g	にんじん	5 g	飲乳 牛乳	1 本
卵	10 g	穀物酢	2.1 g	もやし	15 g	ブロッコリー	13 g	そら豆	10 g
穀物酢	0.15 g	上白糖	0.6 g	玉ねぎ	10 g	淡口しょうゆ	2 g	揚げ油	1 g
塩	0.05 g	淡口しょうゆ	1.7 g	にんじん	7 g	穀物酢	2.7 g	じゃがいも	55 g
三温糖	0.2 g	塩	0.15 g	しめじ	5 g	みりん	0.5 g	揚げ油	3 g
スパゲティ	8 g	こしょう	0.01 g	白ねぎ	3.5 g	上白糖	1 g	エビ むきえび	16 g
玉ねぎ	8 g	サラダ油	1.3 g	煮干し	3.5 g	ごま油	1.2 g	玉ねぎ	12 g
きゅうり	7 g	豚 ベーコン ③	8 g	合わせみそ	2 g	乾燥大豆	8 g	にんにく	0.2 g
にんじん	4.5 g	料理酒	0.3 g	赤だしみそ	5.3 g	豆 油揚げ	6 g	スープストック ⑭	0.1 g
冷凍コーン	3 g	ほうれん草	15 g			豆 油揚げ	6 g	塩	0.15 g
こしょう	0.01 g	玉ねぎ	28 g			玉ねぎ	20 g	こしょう	0.02 g
粒入りマスタート*	0.3 g	えのき	5 g			洗いごぼう	8 g	サラダ油	0.3 g
はちみつ	0.2 g	冷凍コーン	8 g			にんじん	8 g		
ケチャップ ⑩	0.3 g	緑豆春雨	2.2 g			白菜	25 g		
ノンエッグマヨネーズ	6.5 g	ポークフィッシュ 30	11.5 g			白ねぎ	5 g		
豚 豚肉ウデ	12 g	淡口しょうゆ	3.8 g			豆 調整豆乳	20 g		
料理酒	0.4 g	塩	0.15 g			煮干し	3.5 g		
じゃがいも	35 g	こしょう	0.01 g			合わせみそ	5.3 g		
にんじん	8 g	モモゼリー	31			赤だしみそ	2 g		
キャベツ	15 g		1 こ			野菜ふりかけ 34	1 こ		
さやいんげん	6 g								
コンソメ ⑤	1.2 g								
淡口しょうゆ	2.3 g								
塩	0.15 g								
こしょう	0.01 g								
スパゲティサラダ ➡スパゲティサラダ(米粉麺)		ももゼリー ➡ みかんゼリー 32		淡路玉ねぎコロッケ ➡ 鶏肉のさっぱり煮		鯖の梅煮 ➡ 鶏肉の梅煮		そら豆とえびのガーリック炒め ➡ そら豆と鶏肉のガーリック炒め	

アレルギー食品使用予定献立表

6月8日(月)		6月9日(火)		6月10日(水)		6月11日(木)		6月12日(金)	
コッペパン 牛乳 ささみの玄米フレーク焼き チーズアーモンド和え たこと大豆のトマト煮		コウノトリ米ごはん 牛乳 鰯のアングレーズ 小松菜ののり和え 新玉ねぎのすまし汁		コウノトリ米ごはん 牛乳 豚肉の生姜炒め ごま酢和え ごぼうのみそ汁		コウノトリ米ごはん 牛乳 鮭の照り焼き きんぴらの山椒風味 田舎汁		わかめごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 春雨サラダ かき玉汁 冷凍パイン	
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
パン コッペパン	1 個	米	73 g	米	73 g	米	73 g	米	73 g
飲乳 牛乳	1 本	飲乳 牛乳	1 本	飲乳 牛乳	1 本	飲乳 牛乳	1 本	飲乳 牛乳	1 本
鶏 鶏ささみ	1 本	鰯開き	1 尾	豚 豚肉もも	40 g	鮭 秋鮭	1 切	鶏 鶏もも肉 皮つき	1 枚
塩	0.12 g	でん粉	6 g	玉ねぎ	30 g	濃口しょうゆ	2.3 g	鶏	鶏もも肉 皮つき
こしょう	0.02 g	揚げ油	4 g	にんじん	5 g	みりん	2.3 g	こしょう	0.01 g
ノンエッグマヨネーズ	6 g	ウスターソース	5.7 g	しょうが	1.5 g	料理酒	0.8 g	淡口しょうゆ	2.5 g
麦 玄米フレーク 37	2.5 g	上白糖	2.3 g	三温糖	2 g	三温糖	1 g	料理酒	1 g
コーンフレーク	5.5 g	麦 パン粉	4.8 g	みりん	2 g	牛 牛肉	8 g	おろしにんにく	0.1 g
キャベツ	24 g	小松菜	20 g	濃口しょうゆ	3.7 g	山椒の佃煮	0.1 g	でん粉	5 g
もやし	10 g	白菜	30 g	サラダ油	0.3 g	料理酒	0.5 g	揚げ油	4 g
アスパラガス	8 g	にんじん	5 g	キャベツ	22 g	ささがきごぼう	22 g	緑豆春雨	3 g
にんじん	4 g	淡口しょうゆ	2 g	きゅうり	8 g	れんこん	10 g	もやし	20 g
冷凍コーン	4 g	みりん	1 g	赤パプリカ	4 g	にんじん	6 g	キャベツ	14 g
乳 角チーズ	3 g	サラダ油	0.6 g	切干大根	2.5 g	ピーマン	6 g	きゅうり	5 g
淡口しょうゆ	2.1 g	刻みのり	0.3 g	糸かまぼこ ⑫	3 g	つきこんにやく	10 g	にんじん	4 g
上白糖	0.8 g	豆腐	18 g	穀物酢	2 g	濃口しょうゆ	1.35 g	淡口しょうゆ	2.5 g
アーモンド粉末	1 g	焼きかまぼこ ⑬	4 g	淡口しょうゆ	2.6 g	淡口しょうゆ	1.35 g	穀物酢	2.5 g
アーモンドダイス	1 g	玉ねぎ	38 g	上白糖	1.4 g	みりん	0.3 g	上白糖	1.7 g
明石小だこ	20 g	にんじん	5 g	ゴ いらごま	1 g	三温糖	0.9 g	塩	0.08 g
料理酒	0.8 g	しめじ	6 g	洗いごぼう	10 g	山椒の佃煮	0.2 g	ごま油	0.2 g
豆 乾燥大豆	6 g	青ねぎ	3 g	玉ねぎ	18 g	サラダ油	0.3 g	卵	25 g
じゃがいも	35 g	だし用かつお	2 g	大根	20 g	豆 厚揚げ	15 g	玉ねぎ	28 g
玉ねぎ	35 g	だし用昆布	1 g	にんじん	5 g	じゃがいも	25 g	にんじん	5 g
にんじん	12 g	淡口しょうゆ	3.9 g	えのき	6 g	玉ねぎ	15 g	ほうれん草	14 g
ダイスカットトマト缶	8 g	みりん	0.2 g	つきこんにやく	8 g	にんじん	5 g	エリンギ	5 g
ケチャップ ⑪	8 g	塩	0.15 g	豆 油揚げ	5 g	小松菜	13 g	だし用かつお	2 g
ウスターソース	1.2 g			白ねぎ	3 g	白ねぎ	3.5 g	だし用昆布	1 g
スープストック ⑭	1 g			煮干し	3.5 g	煮干し	3.5 g	淡口しょうゆ	4 g
三温糖	0.3 g			合わせみそ	5.3 g	合わせみそ	5.3 g	みりん	0.8 g
塩	0.18 g			赤だしみそ	2 g	赤だしみそ	2 g	塩	0.17 g
こしょう	0.02 g							でん粉	1.2 g
								冷凍パイン 38	1 個
ささみの玄米フレーク焼き ➡ ささみのフレーク焼き		鰯のアングレーズ ➡ 鰯のソースがらめ				鮭の照り焼き ➡ 鶏肉の照り焼き			

アレルギー食品使用予定献立表

6月15日(月)			6月16日(火)			6月17日(水)			6月18日(木)			6月19日(金)		
米粉丸パン 牛乳 バジルみそチキン 海藻のキャロットサラダ クラムチャウダー メロン			コウノトリ米ごはん 牛乳 いかのから揚げ 大根のさっぱり和え 夏野菜のそぼろ煮			コウノトリ米ごはん 牛乳 とふの粉のそぼろ ちりめん和え 五目みそ汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 鰯の竜田揚げ キャベツの梅風味和え 豆腐の赤だし ミニトマト			コウノトリ米ごはん 牛乳 新じゃがの玉子焼き お豆のごまマヨサラダ 新玉ねぎの和風ポトフ		
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	
パン	米粉丸パン	1 こ	米	73 g		米	73 g		米	73 g		米	73 g	
飲乳	牛乳	1 本	飲乳	牛乳	1 本	飲乳	牛乳	1 本	飲乳	牛乳	1 本	飲乳	牛乳	1 本
鶏	鶏もも肉 皮なし	1 切	肉	いかリング	35 g	鶏	鶏ミンチ	15 g	鰯	鰯	1 枚	卵	卵	38 g
	バジル	0.5 g		塩	0.2 g		ささがきごぼう	15 g		しょうが	0.5 g		淡口しょうゆ	0.3 g
	料理酒	0.6 g		こしょう	0.02 g		にんじん	8 g		濃口しょうゆ	1.8 g		じゃがいも	18 g
	みりん	1 g		おろしにんにく	0.05 g		干しいたけ	0.5 g		料理酒	1 g		玉ねぎ	14 g
	三温糖	0.3 g		でん粉	5 g		冷凍いんげん	2.5 g		三温糖	0.35 g		にんじん	4 g
	赤だしみそ	2.5 g		揚げ油	5 g	豆	高野豆腐	3 g		でん粉	6 g		ピーマン	4 g
	オリーブ油	0.4 g				豆	粉豆腐	2 g		揚げ油	4 g		スープストック ⑭	0.2 g
	海藻ミックス	0.8 g		大根	25 g		濃口しょうゆ	2.3 g		キャベツ	27 g		三温糖	0.65 g
	にんじん	22 g		もやし	12 g		淡口しょうゆ	0.5 g		きゅうり	8 g		塩	0.18 g
	キャベツ	16 g		にんじん	5 g		料理酒	1 g		にんじん	5 g		小松菜	22 g
	きゅうり	5 g		きゅうり	7 g		みりん	1 g		切干大根	2.5 g		れんこん	8.5 g
	冷凍コーン	3 g		ツナ	4 g		三温糖	2 g		サラダ油	1 g	豆	水煮大豆	3 g
	レモン果汁	0.5 g		淡口しょうゆ	1.8 g		煮干し	0.8 g		カリカリ梅	1 g	豆	金時豆(ドライパック)	3 g
	穀物酢	1.7 g		穀物酢	2.3 g		水	16 g				豆	冷凍えだまめ	3 g
	淡口しょうゆ	1.6 g		みりん	0.4 g		ちりめんじゃこ	4 g	豆	豆腐	25 g		ひじき	0.3 g
	上白糖	0.6 g		上白糖	0.8 g		ほうれん草	16 g		玉ねぎ	25 g	豚	ロースハム ①	3 g
	塩	0.15 g		ごま油	1 g		白菜	30 g		にんじん	6 g		穀物酢	0.8 g
	こしょう	0.01 g	豚	豚ミンチ	10 g		冷凍コーン	5 g		なめこ	6 g		塩	0.1 g
	サラダ油	1.3 g	豆	料理酒	0.5 g		淡口しょうゆ	1.8 g		カットわかめ	0.6 g		こしょう	0.02 g
豚	ベーコン ③	6 g	豆	厚揚げ	25 g		サラダ油	1.6 g		白ねぎ	5 g		ノンエッグマヨネーズ	5.5 g
	料理酒	0.4 g		キャベツ	30 g		煮こみ餅	22 g		煮干し	3.5 g	ゴ	いりごま	1 g
	あさり水煮	10 g		トマト	30 g	豆	油揚げ	4 g		赤だしみそ	6.3 g			
	じゃがいも	25 g		じゃがいも	45 g		玉ねぎ	16 g		合わせみそ	1 g	豚	豚肉もも	12 g
	玉ねぎ	25 g		玉ねぎ	30 g		大根	20 g		ミニトマト	2 こ		料理酒	0.5 g
	にんじん	12 g	豆	にんじん	10 g		にんじん	8 g					玉ねぎ	45 g
	白菜	20 g		冷凍えだまめ	5 g		白ねぎ	8 g					大根	25 g
	マッシュルーム	7 g		三温糖	1.5 g		煮干し	3.5 g					にんじん	8 g
乳	無塩バター	3 g		みりん	1.2 g		合わせみそ	5.3 g					しめじ	8 g
麦	小麦粉	3.2 g		淡口しょうゆ	3.5 g		赤だしみそ	2 g					白ねぎ	8 g
乳	牛乳	28 g		濃口しょうゆ	1.8 g								だし用かつお	1.5 g
	塩	0.15 g		料理酒	0.8 g								だし用昆布	0.7 g
	こしょう	0.02 g											コンソメ ⑤	0.75 g
	スープストック ⑭	1 g											淡口しょうゆ	1.4 g
	合わせみそ	0.45 g											塩	0.1 g
	メロン	1/16 こ											こしょう	0.02 g
			いかのから揚げ⇒鶏肉のから揚げ									新じゃがの玉子焼き ⇒ 鶏肉の新じゃが炒め		

アレルギー食品使用予定献立表

6月22日(月)			6月23日(火)			6月24日(水)			6月25日(木)			6月26日(金)		
アップルパン 牛乳 ハムエッグ ラタウイユ 野菜のスープ煮 一口チーズ			コウノトリ米ごはん 牛乳 飛び魚のフライ 彩りサラダ 南瓜のみそ汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 豚肉のみそ黒糖焼き いんげんのごま和え 具だくさん汁			コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖の塩麹焼き トマトときゅうりのサラダ カレー肉じゃが			キムチごはん 牛乳 揚げぎょうざ フルーツ和え わかめスープ		
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	
パン コッペパン	1こ		米	73g		米	73g		米	73g		米	55g	
り熱 ドライアップル	7g		飲乳 牛乳	1本		飲乳 牛乳	1本		飲乳 牛乳	1本		濃口しょうゆ	0.7g	
飲乳 牛乳	1本		飛び魚	1切		豚 豚肉ロース	1切		豚 鯖	1切		料理酒	1g	
卵 卵(40g)	1こ		塩	0.02g		黒糖	1.8g		塩麹	3g		豚 豚肉ウデ	12g	
豚 チョップドハム(スライス) 39	1/2枚		こしょう	0.02g		赤だしみそ	0.6g		みりん	1.5g		白菜キムチ	16g	
塩	0.1g		小麦粉	3g		濃口しょうゆ	1.6g		トマト	17g		にんじん	7g	
こしょう	0.02g		パン粉	6g		料理酒	1g		きゅうり	17g		青ねぎ	3g	
キャベツ	15g		揚げ油	4g		みりん	0.6g		玉ねぎ	26g		オイスターソース	0.35g	
塩	0.1g		冷凍茎わかめ	5g		さやいんげん	15g		淡口しょうゆ	0.75g		濃口しょうゆ	1g	
こしょう	0.01g		大根	27g		キャベツ	32g		上白糖	1.3g		塩	0.1g	
玉ねぎ	15g		にんじん	5g		にんじん	5g		塩	0.18g		こしょう	0.02g	
なす	12g		きゅうり	8g		淡口しょうゆ	2.4g		こしょう	0.01g		ごま油	0.2g	
ズッキーニ	12g		冷凍コーン	5g		上白糖	0.8g		穀物酢	2g		飲乳 牛乳	1本	
ピーマン	5g		穀物酢	2.1g		みりん	0.5g		牛 牛肉	20g		豚 米粉皮ぎょうざ 41	2こ	
にんじん	5g		淡口しょうゆ	1.7g		ゴ いらごま	1.2g		料理酒	1g		揚げ油	3.5g	
トマト	5g		上白糖	0.6g		豆 厚揚げ	25g		じゃがいも	70g		キ キウイ	6g	
ダイスカットトマト缶	10g		塩	0.15g		大根	20g		みかん缶	45g		バナナ	20g	
おろしにんにく	0.1g		こしょう	0.01g		にんじん	8g		にんじん	20g		みかん缶	10g	
塩	0.3g		サラダ油	1.3g		ささがきごぼう	8g		つきこんにやく	25g		パイナップル	12g	
こしょう	0.02g		かぼちゃ	35g		もやし	8g		冷凍グリーンピース	5g		ナタデココ	12g	
オリーブ油	0.3g		玉ねぎ	25g		干しいたけ	0.5g		煮干し	1g		生わかめ	10g	
豚 豚肉ウデ	15g		えのき	8g		つきこんにやく	10g		三温糖	2.7g		豆腐	20g	
料理酒	0.6g		豆 油揚げ	5g		白ねぎ	3g		淡口しょうゆ	2.5g		玉ねぎ	28g	
チンゲン菜	15g		白ねぎ	5g		だし用かつお	3g		濃口しょうゆ	4g		えのき	8g	
玉ねぎ	18g		煮干し	3.5g		淡口しょうゆ	4.3g		みりん	1.8g		冷凍コーン	8g	
にんじん	5g		合わせみそ	5.3g		塩	0.05g		カレー粉	0.2g		中華スープストック ⑩	0.75g	
じゃがいも	30g		赤だしみそ	2g		みりん	1g					淡口しょうゆ	2.6g	
しめじ	7g											塩	0.12g	
ポークフィッシュ 30	11.5g											こしょう	0.01g	
淡口しょうゆ	3.7g											ゴ いらごま	0.7g	
塩	0.17g													
こしょう	0.01g													
乳 キャンディーチーズ	2こ													
ハムエッグ ⇒ 肉団子の甘酢あんかけ 一口チーズ ⇒ ごまなしミニフィッシュ 40			飛び魚のフライ ⇒ 飛び魚のから揚げ											

アレルギー食品使用予定献立表

6月29日(月)			6月30日(火)								
コッペパン 牛乳 えびとポテトのチリソース グリーンサラダ 冬瓜のスープ さくらんぼ			コウノトリ米ごはん 牛乳 ホキの香草パン粉焼き ピーマン春雨 なすのみそ汁								
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	
パン コッペパン	1 こ		米	73 g							
飲乳 牛乳	1 本		飲乳 牛乳	1 本							
エビ むきえび	40 g		ホキ	1 切							
	7 g		塩	0.15 g							
	3.5 g		こしょう	0.02 g							
	30 g		白ワイン	1 g							
	3 g		オリーブ油	1 g							
	0.18 g		にんにく	0.15 g							
	0.18 g		乾燥バジル	0.01 g							
	6.5 g		オレガノ	0.01 g							
	1.7 g		麦 パン粉	4 g							
	0.12 g										
	0.14 g		豚 豚ミンチ	10 g							
	6.5 g		緑豆春雨	6.5 g							
	15 g		ピーマン	18 g							
	22 g		赤パプリカ	5 g							
	10 g		もやし	8 g							
	5 g		淡口しょうゆ	3.1 g							
	2.4 g		三温糖	0.9 g							
	1.5 g		料理酒	0.9 g							
	1.8 g		なす	22 g							
	0.15 g		じゃがいも	22 g							
	0.01 g		玉ねぎ	12 g							
	2 g		にんじん	6 g							
			えのき	6 g							
鶏豚 ミートボール ⑮	20 g		豆 油揚げ	5 g							
冬瓜	25 g		青ねぎ	3 g							
玉ねぎ	12 g		煮干し	3.5 g							
にんじん	5 g		合わせみそ	5.3 g							
しめじ	5 g		赤だしみそ	2 g							
白菜	12 g										
スープベースチキン 24	11.5 g										
淡口しょうゆ	3.8 g										
塩	0.17 g										
こしょう	0.01 g										
さくらんぼ	2 こ										
えびとポテトのチリソース ➡ 鶏肉とポテトのチリソース			ホキの香草パン粉焼き ➡ ホキの香草焼き								