

アレルギー食品使用予定献立表

6月29日(月)			6月30日(火)			7月1日(水)			7月2日(木)			7月3日(金)		
						ごはん 牛乳 牛肉と新玉ねぎのスタミナ炒め とうもろこし トマトのかき玉汁			ごはん 牛乳 明石だこのから揚げ こんにやくのおかか炒め 豆乳みそ汁			ゆかりごはん 牛乳 ハンバーグのトマトソース ポテトサラダ わかめスープ みかんクレープ		
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	
						米	73 g		米	73 g		米	73 g	
						飲乳 牛乳	1 本		飲乳 牛乳	1 本		しそご飯の素	1.2 g	
						牛 牛肉	37 g		明石小だこ	40 g		飲乳 牛乳	1 本	
						にんにく	0.3 g		塩	0.08 g		豆鶏豚 ハンバーグ 42	1 こ	
						料理酒	0.9 g		こしょう	0.05 g		玉ねぎ	5 g	
						塩	0.1 g		でん粉	3 g		バジル	0.08 g	
						こしょう	0.02 g		揚げ油	3 g		ダイスカットトマト缶	6.5 g	
						サラダ油	0.3 g		豚肉ウデ	12 g		ケチャップ ⑪	2 g	
						たけのこ水煮	8 g		サラダ油	0.2 g		ウスターソース	0.4 g	
						玉ねぎ	30 g		つきこんにやく	40 g		スープストック ⑭	0.1 g	
						にんじん	6 g		にんじん	8 g		三温糖	0.15 g	
						キャベツ	18 g		ピーマン	12 g		じゃがいも	38 g	
						淡口しょうゆ	0.8 g		しめじ	6 g		にんじん	5 g	
						みりん	2 g		淡口しょうゆ	2.2 g		玉ねぎ	12 g	
						赤だしみそ	1 g		塩	0.04 g		きゅうり	7 g	
						三温糖	1.4 g		こしょう	0.01 g		冷凍コーン	4 g	
						オイスターソース	0.6 g		料理酒	0.5 g		塩	0.15 g	
						コ いらごま	0.8 g		三温糖	0.3 g		こしょう	0.01 g	
						でん粉	0.5 g		みりん	0.5 g		穀物酢	0.75 g	
						とうもろこし	1/4 本		糸かつお	0.5 g		ノンエッグマヨネーズ	7.5 g	
						卵 卵	25 g		かぼちゃ	22 g		カットわかめ	0.6 g	
						玉ねぎ	18 g		玉ねぎ	30 g		豆 豆腐	20 g	
						にんじん	5 g		にんじん	5 g		にんじん	5 g	
						レタス	10 g		ささがきごぼう	6 g		白菜	20 g	
						しめじ	7 g		豆 油揚げ	4 g		もやし	12 g	
						トマト	15 g		小松菜	8 g		青ねぎ	5 g	
						スープベースチキン 24	12 g		煮干し	3.5 g		中華スープストック ⑮	0.7 g	
						淡口しょうゆ	3.8 g		豆 水煮大豆	5 g		淡口しょうゆ	2.5 g	
						塩	0.15 g		赤だしみそ	2 g		塩	0.13 g	
						こしょう	0.01 g		合わせみそ	3.5 g		こしょう	0.01 g	
						でん粉	1.2 g		豆 豆乳	7 g		豆 クレープ(みかん) 43	1 こ	

アレルギー食品使用予定献立表

7月6日(月)			7月7日(火)			7月8日(水)			7月9日(木)			7月10日(金)		
コッペパン 牛乳 鶏肉の山椒焼き ひじきのマリネ パンプキンポタージュ			ごはん 牛乳 スズキのレモンバジルソース きんぴらピーマン 冷やしそうめん汁 セタゼリー			ごはん 牛乳 いかと大豆の香り揚げ いんげんののり和え 塩ちゃんこ汁			ごはん 牛乳 飛び魚の南蛮漬け 夏大根の錦糸和え 八鹿豚汁 わかめふりかけ			麦ごはん 牛乳 夏野菜とひき肉のカレー わかめの青じそサラダ パイナップル		
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		飲乳 牛乳	1 本	
鶏 鶏もも肉 皮なし	1 切		スズキ	1 切		イカ いか短冊	35 g		飛び魚	40 g		豚 豚ミンチ	18 g	
濃口しょうゆ	2.5 g		塩	0.15 g		濃口しょうゆ	1 g		塩	0.1 g		鶏 レバーそぼろ	5 g	
料理酒	1 g		こしょう	0.01 g		料理酒	0.4 g		でん粉	3.5 g		塩	0.05 g	
みりん	1 g		料理酒	1 g		おろししょうが	0.1 g		揚げ油	3.5 g		こしょう	0.01 g	
三温糖	0.1 g		にんにく	0.25 g		でん粉	6 g		玉ねぎ	8 g		おろししょうが	0.2 g	
山椒の佃煮	0.5 g		オリーブ油	1.2 g		揚げ油	2 g		赤パプリカ	2 g		にんにく	0.2 g	
			バジル	0.2 g		豆 乾燥大豆	5 g		三温糖	1.5 g		サラダ油	0.2 g	
ひじき	1.6 g		ワイン(白)	0.8 g		でん粉	1 g		濃口しょうゆ	3 g		玉ねぎ	32 g	
大根	20 g		レモン果汁	0.8 g		じゃがいも	20 g		穀物酢	2.8 g		にんじん	7 g	
豚 ロースハム ①	5 g		豚 豚肉もも	8 g		揚げ油	0.2 g		みりん	1 g		かぼちゃ	30 g	
冷凍コーン	5 g		ピーマン	15 g		玉ねぎ	5 g		一味唐辛子	0.01 g		なす	15 g	
ブロッコリー	10 g		赤パプリカ	3 g		パセリ	0.3 g		卵 錦糸卵	8 g		ピーマン	5 g	
穀物酢	2.2 g		ささがきごぼう	15 g		濃口しょうゆ	3.2 g		大根	18 g		ゴーヤ	2 g	
上白糖	0.6 g		れんこん	8 g		穀物酢	2.1 g		にんじん	5 g		トマト	15 g	
淡口しょうゆ	1.3 g		にんじん	5 g		三温糖	3 g		小松菜	25 g		バーモントカレー ⑨	8.8 g	
塩	0.08 g		つきこんにやく	8 g		もやし	18 g		淡口しょうゆ	2.6 g		ジャワカレー ⑩	2.8 g	
こしょう	0.01 g		濃口しょうゆ	1.4 g		さやいんげん	15 g		上白糖	1.2 g		カレー粉	0.1 g	
サラダ油	1.3 g		淡口しょうゆ	1.4 g		大根	12 g		豚 八鹿豚	10 g		ウスターソース	2 g	
かぼちゃ	60 g		料理酒	0.5 g		にんじん	5 g		料理酒	0.5 g		ケチャップ ⑪	3.8 g	
玉ねぎ	38 g		みりん	0.3 g		竹輪 ⑦	5 g		豆 厚揚げ	20 g		乳 脱脂粉乳	3 g	
にんじん	10 g		三温糖	0.9 g		淡口しょうゆ	1.8 g		じゃがいも	18 g		生わかめ	8 g	
マッシュルーム	5 g		サラダ油	0.3 g		みりん	1 g		白菜	15 g		大根	20 g	
ポタージュエースコーン 44	9 g		麦 そうめんばち	10.5 g		サラダ油	0.6 g		にんじん	7 g		きゅうり	8 g	
スープストック ⑭	0.4 g		豆 油揚げ	5 g		刻みのり	0.3 g		つきこんにやく	8 g		豆 冷凍えだまめ	5 g	
塩	0.08 g		干しいたけ	0.5 g		鶏 鶏もも肉 皮つき	12 g		しめじ	7 g		ツナ	6 g	
こしょう	0.01 g		濃口しょうゆ	1.3 g		料理酒	0.3 g		白ねぎ	5 g		玉ねぎ	5 g	
乳 牛乳	20 g		みりん	0.2 g		玉ねぎ	26 g		煮干し	3.5 g		青じそ	0.15 g	
乳 生クリーム	5 g		三温糖	0.7 g		にんじん	5 g		合わせみそ	4 g		穀物酢	2.4 g	
			にんじん	7 g		キャベツ	10 g		赤だしみそ	3.3 g		上白糖	0.7 g	
			白ねぎ	5 g		ささがきごぼう	8 g		ゴ わかめばつば 46	1 こ		淡口しょうゆ	1.8 g	
			おくら	5 g		豆 豆腐	15 g					塩	0.15 g	
			だし用かつお	2 g		にら	3 g					こしょう	0.01 g	
			だし用昆布	1 g		おろしにんにく	0.08 g					サラダ油	1.3 g	
			淡口しょうゆ	4.8 g		スープベースチキン 24	11.5 g					パイナップル	1/32 こ	
			濃口しょうゆ	1 g		淡口しょうゆ	2.5 g							
			料理酒	0.45 g		みりん	1 g							
			みりん	1.7 g		塩	0.15 g							
			ペットボトル水	40 g										
			氷	37 g										
			セタゼリー 45	1 こ										
			冷やしそうめん汁 ➡冷やしそうめん汁(米粉めん)			いかと大豆の香り揚げ ➡豚肉と大豆の香り揚げ			わかめばつば➡野菜ふりかけ34					

アレルギー食品使用予定献立表

7月13日(月)			7月14日(火)			7月15日(水)					
米粉丸パン 牛乳 えびカツ すいか白玉 夏野菜のミネストローネ			ごはん 牛乳 鯖のソース煮 ゴーヤチャンプル ゆばのすまし汁			ごはん 牛乳 酢豚 ピリ辛きゅうり もずくのスープ					
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				
飲乳	牛乳	1 本	飲乳	牛乳	1 本	飲乳	牛乳	1 本			
麦エヒ豆	エビカツレツ 47	1 こ	鯖	鯖	1 切	豚	豚肉もも	35 g			
	揚げ油	4 g		しょうが	0.8 g		おろししょうが	0.9 g			
	すいか	16 g		三温糖	2 g		濃口しょうゆ	1 g			
キ	キウイ	6 g		ウスターソース	2.6 g		料理酒	1 g			
	みかん缶	10 g		料理酒	2.6 g		でん粉	6 g			
モモ熟	黄桃缶	10 g		濃口しょうゆ	2.6 g		揚げ油	3 g			
	ナタデココ	5 g		水	8 g		なす	15 g			
	カラフルボール	16 g					揚げ油	1.5 g			
			卵	卵	10 g		にんじん	6 g			
豚	ベーコン ③	8 g		穀物酢	0.04 g		揚げ油	0.6 g			
	料理酒	0.4 g	豚	サラダ油	0.1 g		玉ねぎ	12 g			
麦	マカロニ	2 g	豆	豚肉ウデ	10 g		ピーマン	5 g			
	玉ねぎ	22 g		豆腐	25 g		ケチャップ ⑪	4.5 g			
	にんじん	8 g		ゴーヤ	8 g		三温糖	3 g			
	じゃがいも	20 g		にんじん	8 g		濃口しょうゆ	3.4 g			
	ズッキーニ	15 g		もやし	15 g		穀物酢	3 g			
	エリンギ	5 g		淡口しょうゆ	1.8 g		中華スープストック ⑬	0.1 g			
	セロリ	4 g		三温糖	1.1 g		水	6 g			
	ダイスカットマト缶	11.5 g		料理酒	1 g		でん粉	0.5 g			
	ケチャップ ⑪	6.6 g		塩	0.1 g		きゅうり	45 g			
	スープストック ⑭	1.5 g		サラダ油	0.3 g		穀物酢	3.6 g			
	三温糖	0.95 g		糸かつお	0.8 g		淡口しょうゆ	3.2 g			
	塩	0.18 g					上白糖	0.9 g			
	こしょう	0.02 g		玉ねぎ	30 g		豆板醤	0.06 g			
	淡口しょうゆ	0.2 g	豆	乾燥ゆば	2 g		ごま油	0.5 g			
				大根	20 g	コ	いりごま	1.5 g			
				にんじん	6 g		もずく	15 g			
				しいたけ	5 g		玉ねぎ	25 g			
				白ねぎ	5 g		冬瓜	20 g			
				だし用かつお	2 g		にんじん	7 g			
				だし用昆布	1 g		えのき	7 g			
				淡口しょうゆ	3.9 g		青ねぎ	5 g			
				みりん	0.2 g		中華スープストック ⑬	0.75 g			
				塩	0.15 g		淡口しょうゆ	2.6 g			
							塩	0.15 g			
							こしょう	0.01 g			
えびカツ⇒肉団子の洋風あんかけ			鯖のソース煮⇒鶏肉のソース煮								