アレルギー食品使用予定献立表

11月2日(月)			11月3日(火)			11月4日(水)			11月5日(木)			11月6日(金)		
コッペパン 牛乳 ささみのはちみつレモンソース キャベツと揚げごぼうのサラダ 野菜たっぷりミネストローネ						ごはん 牛乳 焼きカレイ 切干大根とれんこんのきんぴら じゃぶ			ごはん 牛乳 秋野菜のミートローフ かぶの昆布炒め 厚揚げのすまし汁			生姜ごはん 牛乳 キスのキャロットソース 白菜の煮びたし 根菜豚汁		
	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		米	73 g		米	70 g
													淡口しょうゆ	2 g
飲乳	牛乳	1 本				飲乳	牛乳	1 本	飲乳	牛乳	1 本		料理酒	1 g
													しょうが	3.8 g
鶏	鶏ささみ	1 本					カレイ(40g)	1 切	牛	牛ミンチ	20 g	豆	油揚げ	3 g
	料理酒	0.4 g							豚	豚ミンチ	16 g		にんじん	6 g
	でん粉	3 g				豚	ロースハム ①	8 g	卵	卵	4.5 g		淡口しょうゆ	2.2 g
	揚げ油	4 g					チンゲン菜	16 g		玉ねぎ	15 g		料理酒	1 g
	淡口しょうゆ	1.8 g					れんこん	12 g		にんじん	5 g		三温糖	1 g
	上白糖	2 g					にんじん	5 g		冷凍コーン	3.5 g		水	2.5 g
	はちみつ	1 g					つきこんにゃく	10 g		エリンギ	3 g	豆	冷凍えだまめ	3 g
	穀物酢	1.2 g					切干大根	2 g		塩	0.22 g			
	レモン果汁	2.5 g					濃口しょうゆ	1.45 g		こしょう	0.02 g	飲乳	牛乳	1 本
							淡口しょうゆ	1.43 g	麦	パン粉	4.5 g			
	洗いごぼう	10 g					料理酒	0.5 g	豆	豆乳	6 g		キス	1 尾
	揚げ油	2 g					みりん	0.3 g		ケチャップ ⑪	5 g		でん粉	4 g
	ひじき	0.5 g					三温糖	0.98 g		とんかつソース	1.5 g		揚げ油	4 g
	にんじん	6 g					サラダ油	0.2 g					にんじん	5 g
	淡口しょうゆ	0.6 g								じゃがいも	25 g		玉ねぎ	5 g
	三温糖	0.3 g				鶏	鶏もも肉 皮つき	20 g		かぶ	23 g		三温糖	2 g
	キャベツ	23 g					料理酒	1.2 g		もやし	12 g		淡口しょうゆ	2.5 g
豆	冷凍えだまめ	4 g				豆	焼き豆腐	25 g		ピーマン	6 g		穀物酢	1.2 g
	三温糖	0.6 g				麦	麸	2 g		塩昆布	2 g		水	2 g
	穀物酢	1.1 g					大根	15 g		塩	0.05 g			
	濃口しょうゆ	0.3 g					ささがきごぼう	20 g		サラダ油	0.2 g		しめじ	10 g
	水	0.9 g					玉ねぎ	40 g					淡口しょうゆ	0.35 g
	でん粉	0.12 g					白菜	35 g	豆	厚揚げ	20 g		三温糖	0.35 g
							にんじん	15 g		つきこんにゃく	5 g		料理酒	0.35 g
豚	豚肉ウデ	8 g					えのき	5 g		ほうれん草	10 g		白菜	38 g
	料理酒	0.4 g					白ねぎ	10 g		白菜	25 g		小松菜	15 g
	玉ねぎ	25 g					濃口しょうゆ	3.5 g		にんじん	8 g		平天 52	8 g
	にんじん	8 g					淡口しょうゆ	2.5 g		白ねぎ	5 g		淡口しょうゆ	1.8 g
	さつまいも	20 g					料理酒	1 g		だし用かつお	2 g		三温糖	0.2 g
	白菜	20 g					みりん	1 g		だし用昆布	1 g		みりん	1 g
	セロリ	3 g					三温糖	1.3 g		淡口しょうゆ	3.5 g	ｺﾞ	いりごま	1 g
	マッシュルーム	3 g								みりん	0.4 g			
	ダイスカットトマト缶	12 g								塩	0.18 g	豚	豚肉ウデ	15 g
	ケチャップ ⑪	6 g											料理酒	0.5 g
	スープストック ⑭	1.3 g											大根	20 g
	三温糖	0.9 g											さといも	16 g
	塩	0.15 g											玉ねぎ	20 g
	こしょう	0.02 g											洗いごぼう	8 g
	淡口しょうゆ	0.15 g											れんこん	8 g
													白ねぎ	5 g
													おろししょうが	0.1 g
													煮干し	3 g
													合わせみそ	5 g
													赤だしみそ	2 g

アレルギー食品使用予定献立表

11月9日(月)			11月10日(火)			11月11日(水)			11月12日(木)			11月13日(金)		
コッペパン 牛乳 ハムカツ にんじんのアーモンドソテー 春雨スープ			ごはん 牛乳 焼きししゃも 野菜のカレー風味 筑前煮			ごはん 牛乳 豚肉のスタミナ炒め 小松菜のおかか煮 わかめのみそ汁 小魚スナック			ごはん 牛乳 鱈の玉ねぎソース たくあんのごま和え チンゲン菜のかき玉汁			ごはん 牛乳 鶏肉の塩麹焼き 炒り卵の花 豆乳みそ汁 りんご		
	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	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
鶏豚	ﾎﾞﾛﾆｱﾊﾑ 62	40 g		ししゃも	2 尾	豚	豚肉もも	37 g		鱈	1 切	鶏	鶏もも肉 皮なし	1 切
麦	小麦粉	3 g					料理酒	0.9 g		塩	0.1 g		塩麹	3.3 g
麦	パン粉	6 g		キャベツ	38 g		塩	0.1 g		でん粉	5 g		料理酒	0.5 g
	揚げ油	5 g		ブロッコリー	10 g		こしょう	0.02 g		揚げ油	4 g		みりん	1.8 g
				玉ねぎ	12 g		にんにく	0.1 g		玉ねぎ	8 g			
	にんじん	22 g		にんじん	5 g		しょうが	0.1 g		濃口しょうゆ	3 g	豆	おから	15 g
	小松菜	12 g		冷凍コーン	3 g		サラダ油	0.3 g		三温糖	1.5 g	豆	乾燥大豆	2.5 g
	じゃがいも	15 g		サラダ油	0.15 g		しめじ	8 g		穀物酢	2.8 g		つきこんにゃく	6 g
	エリンギ	6 g		塩	0.15 g		もやし	15 g		みりん	1 g		竹輪 ⑦	3 g
豆	冷凍えだまめ	8 g		こしょう	0.01 g		玉ねぎ	20 g		こしょう	0.01 g		冷凍コーン	3 g
ｱｰ	アーモンドスライス	2 g		カレー粉	0.12 g		黄パプリカ	3 g					ささがきごぼう	6 g
	三温糖	1 g		濃口しょうゆ	0.1 g		緑豆春雨	1 g		たくあん	10 g		にんじん	3 g
	淡口しょうゆ	1.2 g					淡口しょうゆ	1.2 g	豆	油揚げ	7 g		青ねぎ	3 g
	サラダ油	0.15 g	鶏	鶏むね肉 皮つき	20 g		みりん	2 g		濃口しょうゆ	0.45 g		ひじき	0.3 g
				サラダ油	0.3 g		赤だしみそ	2 g		三温糖	0.27 g		三温糖	1.1 g
鶏	鶏むね肉 皮なし	6 g		洗いごぼう	20 g		三温糖	1.2 g		水	6 g		淡口しょうゆ	2.75 g
	料理酒	0.3 g		れんこん	20 g		豆板醤	0.05 g		にんじん	5 g		料理酒	1.1 g
	緑豆春雨	3 g		大根	60 g		オイスターソース	0.4 g		もやし	25 g		みりん	1.1 g
	玉ねぎ	20 g		にんじん	20 g		でん粉	0.35 g		淡口しょうゆ	0.8 g		水	20 g
	にんじん	5 g		たけのこ水煮	20 g					みりん	0.8 g		サラダ油	0.5 g
	レタス	15 g		角こんにゃく	20 g		小松菜	20 g	ｺﾞ	いりごま	0.8 g			
	もやし	6 g		冷凍いんげん	8 g		白菜	35 g				豆	豆腐	15 g
	白ねぎ	3 g		干ししいたけ	0.5 g		にんじん	5 g	卵	卵	25 g		さつまいも	25 g
	ｽｰﾌﾟﾍﾞｰｽﾁｷﾝ 24	11.5 g		濃口しょうゆ	3.5 g		切干大根	2 g		玉ねぎ	28 g		玉ねぎ	30 g
	淡口しょうゆ	4 g		淡口しょうゆ	2.8 g		淡口しょうゆ	1.9 g		にんじん	5 g		にんじん	5 g
	塩	0.1 g		料理酒	1.5 g		三温糖	0.2 g		チンゲン菜	10 g		えのき	8 g
	こしょう	0.01 g		みりん	2.1 g		みりん	1 g		しいたけ	6 g		小松菜	5 g
				三温糖	1.35 g		糸かつお	0.5 g		白ねぎ	3.5 g		煮干し	3.5 g
				煮干し	1.2 g					だし用かつお	2 g		赤だしみそ	2 g
							カットわかめ	0.8 g		だし用昆布	1 g		合わせみそ	3.5 g
						豆	厚揚げ	15 g		淡口しょうゆ	3.6 g	豆	豆乳	8 g
							大根	22 g		みりん	0.8 g			
							にんじん	5 g		塩	0.17 g	り	りんご	1/6 こ
							じゃがいも	28 g		でん粉	1.2 g			
							白ねぎ	5 g						
							煮干し	3.5 g						
							合わせみそ	5.2 g						
							赤だしみそ	1.9 g						
							ごまなしﾐﾆﾌｨｯｼｭ 40	1 袋						
ハムカツ➡ハムのカレー風味焼き												りんご➡梨		

アレルギー食品使用予定献立表

11月16日(月)			11月17日(火)			11月18日(水)			11月19日(木)			11月20日(金)		
米粉丸パン 牛乳 手作りチキンカツ 甘柿サラダ 里芋のクリーム煮			ごはん 牛乳 魚の山椒焼き 野菜ののり和え 大根のうま煮			麦ごはん 牛乳 3種のきのこカレー こんにゃくサラダ 変わり大学いも			ごはん 牛乳 鶏そぼろ シーフードのマリネ 南瓜のみそ汁			ひじきの五目ごはん 牛乳 鯵の竜田揚げ 即席漬け みぞれ汁 みかん		
	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
パン	米粉丸パン	1 こ		米	73 g		米	65 g		米	73 g		米	68 g
							米粒麦	6 g					濃口しょうゆ	1.8 g
飲乳	牛乳	1 本	飲乳	牛乳	1 本				飲乳	牛乳	1 本		料理酒	1.2 g
						飲乳	牛乳	1 本					ひじき	1.2 g
鶏	鶏むね肉　皮つき	1 枚		ホキ	1 切				鶏	鶏ミンチ	32 g		ツナ	6.5 g
	塩	0.1 g		塩	0.1 g	牛	牛肉	15 g		ささがきごぼう	15 g		にんじん	5 g
	こしょう	0.02 g		こしょう	0.01 g	鶏	レバーそぼろ	3 g		にんじん	6 g		つきこんにゃく	3 g
麦	小麦粉	3 g		玉ねぎ	12 g		塩	0.05 g		冷凍いんげん	2.5 g		三温糖	0.3 g
麦	パン粉	6 g		山椒の佃煮	1 g		こしょう	0.01 g		濃口しょうゆ	2.5 g		濃口しょうゆ	2.1 g
	揚げ油	4 g		ノンエッグマヨネーズ	6 g		おろししょうが	0.2 g		料理酒	1 g		みりん	1 g
	とんかつソース	1.6 g		白みそ	1.6 g		にんにく	0.2 g		三温糖	3.6 g	豆	冷凍えだまめ	4 g
	ケチャップ　⑪	5 g					サラダ油	0.2 g		サラダ油	0.2 g			
				小松菜	20 g		玉ねぎ	40 g	卵	卵	16 g	飲乳	牛乳	1 本
	大根	30 g		もやし	20 g		にんじん	20 g		三温糖	0.7 g			
	柿	12 g		れんこん	10 g		しめじ	10 g		塩	0.01 g		鯵	1 枚
	ブロッコリー	20 g		にんじん	5 g		エリンギ	8 g		穀物酢	0.18 g		しょうが	0.5 g
	穀物酢	3 g		淡口しょうゆ	1.8 g		マッシュルーム	8 g		サラダ油	0.08 g		濃口しょうゆ	1.8 g
	上白糖	0.8 g		みりん	1 g		バーモントカレー　⑨	8.8 g					料理酒	1 g
	塩	0.22 g		刻みのり	0.5 g		ジャワカレー　⑩	2.8 g	エビ	むきえび	8 g		三温糖	0.35 g
	こしょう	0.01 g					カレー粉	0.1 g	イカ	いかリング	8 g		でん粉	6 g
	サラダ油	1.4 g	豚	豚肉ウデ	15 g		ウスターソース	2 g		冷凍茎わかめ	6 g		揚げ油	4 g
				料理酒	0.5 g		ケチャップ　⑪	4.8 g		大根	22 g			
	冷凍あさり	6 g	豆	厚揚げ	20 g	乳	脱脂粉乳	3 g		ブロッコリー	8 g		キャベツ	23 g
	さといも	25 g		大根	65 g					黄パプリカ	5 g		チンゲン菜	15 g
	玉ねぎ	38 g		玉ねぎ	30 g		つきこんにゃく	18 g		穀物酢	2.5 g		もやし	10 g
	にんじん	15 g		にんじん	20 g		大根	25 g		上白糖	1 g		冷凍コーン	5 g
	白菜	15 g		白菜	20 g		小松菜	10 g		塩	0.18 g		ごま油	0.1 g
	マッシュルーム	5 g		しいたけ	8 g		にんじん	5 g		こしょう	0.01 g		淡口しょうゆ	1.5 g
乳	無塩バター	3 g		つきこんにゃく	15 g		淡口しょうゆ	2.4 g		サラダ油	2.5 g		みりん	1.3 g
麦	小麦粉	3.5 g		白ねぎ	8 g		穀物酢	3 g		ノンエッグマヨネーズ	2.5 g			
乳	牛乳	20 g		煮干し	2 g		上白糖	0.8 g		玉ねぎ	5 g	豆	豆腐	25 g
豆	調整豆乳	8 g		三温糖	1.6 g		塩	0.1 g					玉ねぎ	15 g
	塩	0.15 g		淡口しょうゆ	3.5 g		サラダ油	0.2 g		かぼちゃ	25 g		大根	38 g
	こしょう	0.02 g		濃口しょうゆ	2.4 g					にんじん	10 g		なめこ	12 g
	スープストック　⑭	0.7 g		料理酒	1.3 g		さつまいも	57 g		玉ねぎ	25 g		にんじん	5 g
				みりん	1.3 g		揚げ油	3 g		えのき	8 g		白ねぎ	3 g
				でん粉	1 g	豆	乾燥大豆	2.5 g		青ねぎ	5 g		だし用かつお	2 g
							でん粉	0.4 g	豆	油揚げ	8 g		だし用昆布	1 g
							揚げ油	0.3 g		煮干し	3.5 g		淡口しょうゆ	5 g
							ちりめんじゃこ	2.2 g		赤だしみそ	2 g		みりん	2.3 g
							サラダ油	0.5 g		合わせみそ	3.5 g		塩	0.15 g
							濃口しょうゆ	1.8 g					でん粉	1.2 g
							みりん	2.2 g						
							三温糖	4.6 g					みかん	1 こ
							水	1.7 g						
							でん粉	0.35 g						
						ゴ	いりごま　黒	0.4 g						

アレルギー食品使用予定献立表

11月23日(月)

	食品名	分量

11月24日(火)

ごはん
牛乳
鯖のみそ煮
青菜とかまぼこの和え物
けんちん汁

	食品名	分量
	米	73 g
飲乳	牛乳	1 本
鯖	鯖	1 切
	しょうが	1 g
り	りんご	10 g
	白みそ	6 g
	合わせみそ	1 g
	三温糖	2.5 g
	みりん	2 g
	料理酒	3 g
	濃口しょうゆ	1 g
	水	30 g
卵	卵	8 g
	穀物酢	0.15 g
	塩	0.03 g
	三温糖	0.3 g
	チンゲン菜	15 g
	白菜	20 g
	ひじき	0.3 g
	白かまぼこ　63	6 g
	ノンエッグマヨネーズ	3 g
	淡口しょうゆ	0.5 g
豆	豆腐	28 g
豆	油揚げ	3 g
	にんじん	5 g
	じゃがいも	18 g
	玉ねぎ	15 g
	洗いごぼう	8 g
	しいたけ	5 g
	青ねぎ	3.5 g
	だし用かつお	2 g
	だし用昆布	1 g
	淡口しょうゆ	3.6 g
	濃口しょうゆ	1.4 g
	みりん	1.4 g
	塩	0.1 g

鯖のみそ煮➡鶏肉のみそ煮

11月25日(水)

ごはん
牛乳
鶏肉の岩津ねぎソース
小松菜とゆばのごま和え
さつまいものみそ汁
ラフランス

	食品名	分量
	米	73 g
飲乳	牛乳	1 本
鶏	鶏むね肉　皮つき	1 切
	料理酒	1 g
	塩	0.1 g
	でん粉	5 g
	揚げ油	4 g
	岩津ねぎ	4 g
	淡口しょうゆ	3 g
	みりん	0.5 g
	穀物酢	2 g
	三温糖	2 g
	小松菜	15 g
	白菜	30 g
	にんじん	5 g
豆	冷凍ゆば	3 g
	淡口しょうゆ	2.3 g
	上白糖	0.8 g
	みりん	0.45 g
ゴ	いりごま	1 g
	さつまいも	25 g
	玉ねぎ	20 g
	ささがきごぼう	8 g
	にんじん	5 g
	えのき	8 g
豆	油揚げ	5 g
	岩津ねぎ	5 g
	煮干し	3.5 g
	合わせみそ	5.3 g
	赤だしみそ	2 g
	ラ・フランス	1/6 こ

11月26日(木)

ごはん
牛乳
鰯のチーズパン粉焼き
チンゲン菜のおひたし
岩津ねぎマーボー

	食品名	分量
	米	73 g
飲乳	牛乳	1 本
	鰯開き	1 尾
	おろししょうが	0.5 g
	濃口しょうゆ	1.3 g
	塩	0.05 g
	料理酒	1.3 g
麦	パン粉	4 g
乳	粉チーズ	0.15 g
	パセリ	0.3 g
	チンゲン菜	28 g
	白菜	22 g
	にんじん	5 g
	淡口しょうゆ	2 g
	みりん	1.5 g
豚	豚ミンチ	15 g
	おろししょうが	0.3 g
	おろしにんにく	0.3 g
	サラダ油	0.2 g
豆	豆腐	90 g
	にんじん	15 g
	玉ねぎ	45 g
	干ししいたけ	0.8 g
	たけのこ水煮	10 g
	岩津ねぎ	10 g
	中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ　⑯	0.48 g
	濃口しょうゆ	3 g
	淡口しょうゆ	1.5 g
	三温糖	0.95 g
	料理酒	2 g
	豆板醤	0.1 g
	塩	0.01 g
	オイスターソース	0.48 g
	でん粉	1.6 g

鰯のチーズパン粉焼き➡鰯の香草焼き

11月27日(金)

さつまいもごはん
牛乳
鶏肉の岩津ねぎ焼き
マカロニサラダ
具だくさんみそ汁
りんごゼリー

	食品名	分量
	米	63 g
	さつまいも	14 g
	塩	0.8 g
	料理酒	1.5 g
ゴ	いりごま　黒	0.8 g
飲乳	牛乳	1 本
鶏	鶏もも肉　皮なし	1 切
	岩津ねぎ	2 g
	淡口しょうゆ	2.5 g
	三温糖	1 g
	料理酒	1 g
	おろしにんにく	0.1 g
麦	マカロニ	7 g
	玉ねぎ	5 g
	きゅうり	8 g
	キャベツ	18 g
豚	ロースハム　①	5 g
	こしょう	0.01 g
	穀物酢	0.5 g
	淡口しょうゆ	0.5 g
	ノンエッグマヨネーズ	7 g
豆	厚揚げ	15 g
	カットわかめ	0.3 g
	玉ねぎ	25 g
	にんじん	5 g
	大根	20 g
	なめこ	10 g
	煮干し	3.5 g
	合わせみそ	4.3 g
	赤だしみそ	3 g
り	国産アップルフレッシュ　64	1 こ

アレルギー食品使用予定献立表

11月30日(月)																	
コッペパン 牛乳 ハンバーグのきのこソース ヨーグルト和え ほうれん草とコーンのスープ																	
	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															
飲乳	牛乳	1 本															
豆鶏豚	ハンバーグ 42	1 こ															
	玉ねぎ	6.5 g															
	しめじ	4 g															
	マッシュルーム	3 g															
	ﾃﾞﾐｸﾞﾗｽｿｰｽ 36	5 g															
	ケチャップ ⑪	5 g															
	ウスターソース	0.8 g															
	三温糖	0.7 g															
	水	2 g															
キ	キウイ	5 g															
バ	バナナ	15 g															
	みかん缶	8 g															
モモ熱	黄桃缶	8 g															
	レーズン	2 g															
	ナタデココ	10 g															
乳	ヨーグルト(プレーン)	10 g															
豚	豚肉ウデ	8 g															
	ほうれん草	15 g															
	玉ねぎ	30 g															
	冷凍コーン	8 g															
	じゃがいも	18 g															
	にんじん	6 g															
	もやし	15 g															
	スープストック ⑭	0.76 g															
	淡口しょうゆ	0.95 g															
	塩	0.19 g															
	こしょう	0.01 g															