

令和4年度 2月卵アレルギー献立表

	2月1日(水)	2月2日(木)	2月3日(金)	2月6日(月)	2月7日(火)
主食	わかめごはん	ごはん	ごはん	ごはん	●◎⑦サンドイッチ ロールパン
牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【牛肉とたまねぎの うま煮】 たまねぎ(50) しらたき(30) ③牛肉(25) ⑦焼き豆腐(20) ねぎ(15) にんじん(10) エリンギ(10) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3) 酒(2)	【わかめスープ】 たまねぎ(20) ⑦豆腐(20) ⑧鶏肉(15) にんじん(10) ねぎ(6) とうもろこし(5) ④白ごま(1) わかめ(0.5) ⑧チキンブイヨン(20) ●⑦しょうゆ(2.5) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (1) 塩(0.4) ④ごま油(0.1) こしょう(0.03)	【おとしこし】 大根(40) さといも(30) にんじん(20) れんこん(15) ちくわ(15) ⑦油揚げ(5) ●⑦しょうゆ(4.5) 中双(1) 本みりん(1) 塩(0.2) むろ削り(1.5)	【えがおの ハヤシチュー】 たまねぎ(40) じゃがいも(30) ③牛肉(20) にんじん(10) マッシュルーム(8) にんにく(0.3) ハヤシルウ(えがお) (10) トマトピューレ(10) トマトケチャップ(5) ソース(2) 赤ワイン(1) 野菜ブイヨン(0.5) 中双(0.1) 塩(0.1) こしょう(0.02)	【ABCスープ】 じゃがいも(30) たまねぎ(20) ⑧鶏肉(10) とうもろこし(10) にんじん(10) ひよこ豆(8) ●ABCパスタ(3) パセリ(0.02) ⑦⑩洋風だしの素(2) 白ワイン(1) ●⑦しょうゆ(1) 塩(0.3) こしょう(0.03)
	フライ缶	【根菜サラダ】 ごぼう(15) まぐろ油漬け(12) きゅうり(8) にんじん(5) とうもろこし(5) 切り干し大根(1.5) コーンクリーミー ドレッシング(6) ●⑦しょうゆ(0.3) 上白(0.1) 塩(0.05)	【*肉団子の 甘酢あん】 肉団子(40) 米油(1) たまねぎ(20) たけのこ(15) ピーマン(5) トマトケチャップ (2.5) ●⑦しょうゆ(2) 中双(1.5) 米酢(1) でん粉(0.5)	【いわしの しょうが煮】 いわしのしょうが煮 1尾(40) 《いわしの しょうが煮》 いわし ●⑦調味料等	【大豆ナゲット】 大豆ナゲット 2個(40) 米油(4) 《大豆ナゲット》 ⑧鶏肉 ⑦大豆 ⑦粉末状植物性たん白 ⑦きな粉 ⑦調味料等
あえ物・果物		【パイナップル】 パイナップル 1個(40)	【はくさいと ほうれん草のごま和え】 はくさい(25) ほうれん草(8) ④白すりごま(0.5) ④白ごま(0.3) ●⑦しょうゆ(1.3) 上白(0.5)	【ブロッコリーの マリネ】 ブロッコリー(20) マリネドレッシング (2)	【ボイルキャベツ】 キャベツ(25)
その他	【ヨーグルト】 ヨーグルト 1個(70) 《ヨーグルト》 ◎脱脂粉乳 ◎全粉乳 ⑭ゼラチン 調味料等	→《肉団子》 ⑩豚肉 たまねぎ ●⑦パン粉 ⑦大豆蛋白 ●⑦⑩調味料等	【節分豆】 ⑦節分豆 1袋(5)		【小袋ケチャップ】 トマトケチャップ 1袋(8)

() 内は純使用量 単位：グラム

※ アレルギー物質の21品目について、次のように表示しています。

○…卵	◎…乳	●…小麦	△…えび	▲…かに
①…いか	②…オレンジ	③…牛肉	④…ごま	⑤…さけ
⑥…さば	⑦…大豆	⑧…鶏肉	⑨…バナナ	⑩…豚肉
⑪…もも	⑫…やまいも	⑬…りんご	⑭…ゼラチン	
⑮…種実(ぎんなん・くり・ココナッツ)			⑯…貝(あさり・ほたて等)	

1 パンに表示される⑦大豆については、添加物のレシチンに含まれる微量のアレルゲンを示します。

2 アレルギー献立表の見方については、「保存版NO. 1」を参照してください。



	2月8日(水)	2月9日(木)	2月10日(金)	2月13日(月)	2月14日(火)
主食	麦ごはん	麦ごはん	玄米ごはん	三河赤鶏五目ごはん	●◎⑦クロス ロールパン
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【*中華風スープ】</p> <p>たまねぎ(40)</p> <p>⑧鶏肉(20)</p> <p>チンゲンサイ(15)</p> <p>えのきたけ(10)</p> <p>とうもろこし(15)</p> <p>●⑦しょうゆ(2.5)</p> <p>⑦⑧⑩⑬中華だしの素(1.5)</p> <p>酒(1)</p> <p>塩(0.1)</p> <p>でん粉(1)</p>	<p>【肉じゃが】</p> <p>じゃがいも(90)</p> <p>たまねぎ(40)</p> <p>糸こんにゃく(20)</p> <p>にんじん(20)</p> <p>⑩豚肉(20)</p> <p>グリーンピース(4)</p> <p>●⑦しょうゆ(4.5)</p> <p>中双(3)</p> <p>本みりん(1)</p> <p>塩(0.2)</p> <p>こしょう(0.02)</p>	<p>【スキー汁】</p> <p>大根(20)</p> <p>さつまいも(20)</p> <p>⑦豆腐(15)</p> <p>⑩豚肉(15)</p> <p>ごぼう(10)</p> <p>こんにゃく(10)</p> <p>にんじん(5)</p> <p>ねぎ(4)</p> <p>⑦あわせみそ(9)</p> <p>むろ削り(3)</p>	<p>【さわにわん】</p> <p>⑩豚肉(15)</p> <p>⑫ながいも(15)</p> <p>かまぼこ(10)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>たけのこ(10)</p> <p>ごぼう(10)</p> <p>小松菜(10)</p> <p>●⑦しょうゆ(4)</p> <p>塩(0.3)</p> <p>こしょう(0.02)</p> <p>むろ削り(3)</p>	<p>【白菜のクリーム煮】</p> <p>はくさい(40)</p> <p>たまねぎ(25)</p> <p>白いんげん豆</p> <p>ペースト(15)</p> <p>カリフラワー(10)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>⑩ベーコン(5)</p> <p>マッシュルーム(5)</p> <p>◎牛乳(30)</p> <p>ホワイトルウ(7)</p> <p>◎生クリーム(5)</p> <p>◎脱脂粉乳(2)</p> <p>◎バター(1)</p> <p>⑦⑩洋風だしの素(1)</p> <p>塩(0.5)</p> <p>こしょう(0.02)</p> <p>《ホワイトルウ》</p> <p>●小麦粉</p> <p>◎脱脂粉乳</p> <p>◎⑦調味料等</p>
	フライ缶	<p>【高野豆腐のマーボ】</p> <p>⑩豚肉(20)</p> <p>たまねぎ(20)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>⑦高野豆腐(7)</p> <p>ねぎ(5)</p> <p>しょうが(0.3)</p> <p>にんにく(0.2)</p> <p>●④⑦甜面醬(2)</p> <p>●⑦しょうゆ(2)</p> <p>中双(1)</p> <p>⑦⑧⑩⑬中華だしの素(0.7)</p> <p>豆板醬(0.1)</p> <p>でん粉(0.8)</p> <p>④ごま油(0.5)</p>	<p>【おひたし】</p> <p>もやし(20)</p> <p>キャベツ(20)</p> <p>にんじん(5)</p> <p>ほうれん草(5)</p> <p>かまぼこ(5)</p> <p>⑦油揚げ(3)</p> <p>しらす干し(2)</p> <p>④白すりごま(1)</p> <p>④白ごま(1)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.5)</p> <p>上白(1.2)</p> <p>米酢(0.6)</p>	<p>【いかスティック】</p> <p>いかから揚げ 2本(40)</p> <p>米油(4)</p> <p>《いかから揚げ》</p> <p>①いか</p> <p>でん粉</p> <p>⑦調味料等</p>	<p>【*けんちん信田のみそかけ】</p> <p>しのだ煮 1個(50)</p> <p>⑦豆みそ(5)</p> <p>中双(4)</p> <p>本みりん(1)</p> <p>《しのだ煮》</p> <p>⑦豆腐</p> <p>⑦油揚げ</p> <p>魚肉すり身</p> <p>調味料等</p>
あえ物・果物	<p>【いよかん】</p> <p>いよかん 1個(60)</p>		<p>【白菜のたくあん和え】</p> <p>はくさい(20)</p> <p>たくあん漬(10)</p> <p>《たくあん漬》</p> <p>大根</p> <p>●⑦調味料等</p>	<p>【もやしとひじきの和え物】</p> <p>もやし(30)</p> <p>味付けひじき(3)</p> <p>《味付けひじき》</p> <p>ひじき</p> <p>●⑦調味料等</p>	
その他		<p>【豆乳ムース大福】</p> <p>⑦豆乳クリーム大福 1個(40)</p>	<p>【手巻きのり】</p> <p>手巻きのり 1袋(2.5)</p>	<p>【チーズ】</p> <p>◎型抜きチーズ 1個(15)</p>	<p>【いちごジャム】</p> <p>いちごジャム 1袋(15)</p>

《三河赤鶏五目ごはん》
米
⑧鶏肉
にんじん
ごぼう
⑦油揚げ
●⑦調味料等

() 内は純使用量 単位：グラム



	2月15日(水)	2月16日(木)	2月17日(金)	2月20日(月)	2月21日(火)
主食	ごはん	麦ごはん	ごはん	麦ごはん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【ぶたキムチ ガッツリスープ】</p> <p>⑩豚肉(30)</p> <p>大根(30)</p> <p>キムチ(10)</p> <p>えのきたけ(10)</p> <p>にら(8)</p> <p>④白ごま(0.5)</p> <p>にんにく(0.05)</p> <p>⑦あわせみそ(5)</p> <p>⑧⑩中華ガラスープ の素(2)</p> <p>●⑦しょうゆ(1)</p> <p>本みりん(1)</p> <p>④ごま油(0.5)</p>	<p>【じゃがいも だんご汁】</p> <p>じゃがいもだんご (25)</p> <p>たまねぎ(20)</p> <p>かまぼこ(10)</p> <p>にんじん(8)</p> <p>ねぎ(8)</p> <p>⑦油揚げ(3)</p> <p>しいたけ(1)</p> <p>●⑦しょうゆ(4)</p> <p>本みりん(1)</p> <p>塩(0.3)</p> <p>むろ削り(4)</p>	<p>【*大根ととり肉の さっぱり煮】</p> <p>大根(50)</p> <p>⑧鶏肉(35)</p> <p>ごぼう(10)</p> <p>こんにゃく(15)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>さやいんげん(5)</p> <p>●⑦しょうゆ(4.5)</p> <p>中双(2)</p> <p>酒(2)</p> <p>米酢(2)</p> <p>本みりん(1)</p> <p>和風だしの素(0.3)</p>	<p>【みぞれ汁】</p> <p>大根おろし(25)</p> <p>⑦豆腐(20)</p> <p>⑧鶏肉(10)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>ごぼう(10)</p> <p>小松菜(10)</p> <p>なめこ(5)</p> <p>●⑦しょうゆ(4)</p> <p>酒(1)</p> <p>本みりん(0.8)</p> <p>塩(0.3)</p> <p>むろ削り(3)</p> <p>でん粉(1)</p>	<p>【ちゃんこ】</p> <p>キャベツ(30)</p> <p>鶏団子(30)</p> <p>⑦生揚げ(25)</p> <p>もやし(15)</p> <p>しらたき(10)</p> <p>えのきたけ(8)</p> <p>水菜(5)</p> <p>⑧チキンブイヨン(10)</p> <p>●⑦しょうゆ(3)</p> <p>中双(0.3)</p> <p>塩(0.2)</p> <p>こしょう(0.03)</p> <p>《鶏団子》</p> <p>⑧鶏肉</p> <p>でん粉</p> <p>●パン粉</p> <p>●⑦粉末状 植物性たん白</p> <p>たまねぎ</p> <p>⑦粒状大豆たん白</p> <p>調味料等</p>
フライ缶	<p>【生揚げと小松菜の 中華炒め】</p> <p>⑦生揚げ(30)</p> <p>⑧鶏肉(12)</p> <p>小松菜(12)</p> <p>にんじん(8)</p> <p>たけのこ(8)</p> <p>しょうが(0.5)</p> <p>●⑦しょうゆ(2)</p> <p>中双(1)</p> <p>本みりん(1)</p> <p>⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (0.8)</p>	<p>【愛知のれんこん 入りつくね】</p> <p>れんこん入りつくね 2個(40)</p> <p>《れんこん 入りつくね》</p> <p>⑧鶏肉</p> <p>れんこん</p> <p>たまねぎ</p> <p>⑦粒状植物性たん白</p> <p>⑦粉末状植物性たん白</p> <p>⑦調味料等</p>	<p>【いわしのかば焼き】</p> <p>いわし打粉付き 1尾(40)</p> <p>米油(4)</p> <p>しょうが(1)</p> <p>●⑦しょうゆ(2)</p> <p>中双(2)</p> <p>本みりん(1.5)</p> <p>酒(1)</p> <p>でん粉(0.2)</p>	<p>【さばのみそ煮】</p> <p>さばのみそ煮 1個(50)</p> <p>《さばのみそ煮》</p> <p>⑥さば</p> <p>⑦調味料等</p>	<p>【牛肉とじゃがいもの カレーきんぴら】</p> <p>じゃがいも(35)</p> <p>③牛肉(15)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>さやいんげん(5)</p> <p>④白ごま(1)</p> <p>しょうが(0.4)</p> <p>●⑦しょうゆ(3)</p> <p>中双(2)</p> <p>酒(1)</p> <p>本みりん(0.8)</p> <p>④ごま油(0.5)</p> <p>純カレー(0.15)</p> <p>塩(0.1)</p> <p>こしょう(0.03)</p>
あえ物・果物		<p>【菜花とキャベツの おひたし】</p> <p>菜花(20)</p> <p>キャベツ(10)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.2)</p> <p>上白(0.5)</p>	<p>【オレンジ】</p> <p>②オレンジ 1個(60)</p>	<p>【きゅうりの ごまじょうゆ和え】</p> <p>きゅうり(20)</p> <p>④白すりごま(0.5)</p> <p>●⑦しょうゆ(1)</p> <p>④ごま油(0.2)</p>	
その他	<p>【りんごゼリー】</p> <p>⑬りんごゼリー 1個(70)</p>			<p>【ココア牛乳のもと】</p> <p>ココア牛乳のもと 1個(12.5)</p> <p>《ココア牛乳のもと》</p> <p>ココアパウダー</p> <p>⑦調味料等</p>	<p>【いわしの佃煮】</p> <p>いわしの佃煮 1袋(10)</p>

() 内は純使用量 単位：グラム

	2月22日(水)	2月24日(金)	2月27日(月)	2月28日(火)
主食	ごはん	●ソフトめん	麦ごはん	●◎⑦あいちの米粉パン
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食 缶	【*関東煮】 大根(40) さといも(35) ⑦がんとどき(30) こんにやく(15) ちくわ(20) 昆布(1) ●⑦しょうゆ(5) 中双(1) 本みりん(1) むろ削り(2)	【ミートソース】 たまねぎ(50) ⑩豚肉(15) ③牛肉(15) にんじん(15) ⑦大豆(10) マッシュルーム(10) グリンピース(4) トマトケチャップ(20) トマトルウ(13) ソース(3) ◎チーズ(2) ◎脱脂粉乳(1) 中双(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02) 《トマトルウ》 ●小麦粉 ●⑦⑩調味料等	【打ち豆汁】 大根(25) さといも(20) にんじん(10) 小松菜(7) ごぼう(7) ねぎ(5) ⑦打ち豆(5) ⑦油揚げ(2) ⑦あわせみそ(9) むろ削り(3)	【じゃがいもスープ】 たまねぎ(40) じゃがいも(40) ◎牛乳(30) マッシュポテト(20) にんじん(10) マッシュルーム(10) ⑩ベーコン(5) パセリ(0.03) ◎生クリーム(5) ◎脱脂粉乳(2) ⑦⑩洋風だしの素(2) ◎バター(0.5) 塩(0.4) こしょう(0.03) ローリエ(0.02)
	フ ラ イ 缶	【まぐろの レモンソースかけ】 まぐろ打粉付き(50) 米油(5) 中双(2) レモン果汁(1.5) ●⑦しょうゆ(1)	【花野菜サラダ】 ブロッコリー(20) まぐろ油漬け(10) カリフラワー(7) きゅうり(5) にんじん(5) 上白(1.5) 米酢(1.5) ●⑦しょうゆ(0.8) サラダ油(0.6) 塩(0.3) こしょう(0.02)	【*ひじき入り 豚そぼろ】 ⑩豚肉(28) たまねぎ(20) にんじん(10) グリンピース(3) 米ひじき(1.5) しょうが(1) ●⑦しょうゆ(3) 中双(2) 酒(1) 本みりん(0.5)
あ え 物 ・ 果 物	【キャベツの ゆかり和え】 キャベツ(25) ゆかり粉(0.5)		【しらぬい】 しらぬい 1個(50)	【コールスロー】 キャベツ(25) にんじん(3) コールスロー ドレッシング(2)
そ の 他		【プルーン】 プルーン 1袋(20)		

() 内は純使用量 単位：グラム