

参考資料14 食物アレルギー対応食例

食物アレルギー対応食例

献立・食品名	調理指示	可食量(1人分)	
		小学校(g)	中学校(g)
じゃが芋入り親子煮(卵除去)	1人1個		
鶏若もも小間切肉(皮なし)	① にんじん、たまねぎ、じゃがいも、白かまぼこ、さやいんげんを野菜等上処理室で切り、切った食材を食物アレルギー専用調理室に運ぶ。 【②以降は食物アレルギー専用調理室で調理】 ② 鍋で鶏肉を炒め、火が通ってきたら、水を加える。 ③ ②ににんじん、たまねぎ、じゃがいもを加えて煮込む。 ④ にんじん、じゃがいもがやわらかくなって来たら、和風だしの素、三温糖、しょうゆを加え、さらに煮込む。 ⑤ ④に白かまぼこを加え、さっと混ぜ、最後に解凍したさやいんげんを入れ軽く混ぜる。	22.00	28.60
水		20.00	26.00
にんじん		18.00	23.40
たまねぎ		51.70	67.21
じゃがいも		38.70	50.31
和風だしの素 1kg袋		0.80	1.04
三温糖 1kg袋		1.55	2.01
しょうゆ 1.8L		2.70	3.51
白かまぼこ(キロ)		6.00	7.80
液卵(全卵) 5kg ※卵除去			
冷) さやいんげん 1kg		4.00	5.20
合計		165.45	215.08
パンプキンスープ(乳除去)	1人1個		
ショルダーベーコン(短冊切)	① たまねぎ、にんじん、じゃがいもを野菜等上処理室で切り、切った食材を食物アレルギー専用調理室に運ぶ。 【②以降は食物アレルギー専用調理室で調理】 ② うらごしパンプキンを解凍しておく。 ③ 鍋でベーコンを炒め、火が通ったらたまねぎ、にんじん、じゃがいもを加え、さらに炒める。 ④ たまねぎがしんなりしてきたら、水、コンソメスープの素、食塩、こしょうを加え沸騰させる。 ⑤ にんじん、じゃがいもがやわらかくなって来たら、解凍したうらごしパンプキンを加え、さらに煮る。 ⑥ 鍋に焦げ付かないように混ぜ、最後にパセリを加え、さっと混ぜる。	10.00	13.00
たまねぎ		22.56	29.32
にんじん		7.20	9.36
じゃがいも		22.50	29.25
水		0.01	0.01
コンソメスープの素 1kg袋		1.00	1.30
食塩 5kg袋		0.10	0.13
こしょう 1kg袋		0.02	0.02
冷) うらごしパンプキン		30.00	39.00
ホワイトルウ 1kg袋 ※乳除去			
有塩バター 450g ※乳除去			
脱脂粉乳 12kg箱 ※乳除去			
調理用牛乳 ※乳除去			
乾) パセリ		0.05	0.06
合計		93.44	121.45