

アレルギー(特定原材料8品目) 除去食弁当献立表

写真	品名	総量(g)	kcal	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	食塩相当量(g)	アレルギー		
								えび	鮭	桃
	白ライス (小盛)	140	218	3.5	0.4	51.9	0.0	えび	鮭	桃
	牛肉炒め	68	338	13.7	15.1	3.0	0.7	かに	さば	りんご
	挽肉野菜炒め	67	40	3.4	2.3	2.9	0.4	卵	いくら	山芋
	粉ふきいも	31	24	0.6	0.1	5.6	0.5	乳成分	いか	ゼラチン
	果物 (みかん缶)	15	9	0.1	0.0	2.3	0.0	小麦	アワビ	ごま
	キャベツ千切	15	3	0.2	0.0	0.8	0.0	そば	牛肉	大豆
								落花生	豚肉	アーモンド
								くるみ	鶏肉	カシューナッツ
								オレンジ	松茸	
								キウイフルーツ		
							バナナ			
	P: 13.6% F: 25.5% C: 60.9%									
	おかずのみカロリー: 414kcal	336	632	21.5	17.9	66.5	1.6			
	白ライス (小盛)	140	218	3.5	0.4	51.9	0.0	えび	鮭	桃
	鶏から揚げ	61	283	18.9	15.6	6.2	0.7	かに	さば	りんご
	ブロッコリーとコーンの炒め	35	23	1.8	0.8	3.1	0.8	卵	いくら	山芋
	ひじき煮	27	37	1.5	1.2	4.9	0.7	乳成分	いか	ゼラチン
	果物 (パイン缶)	15	11	0.1	0.0	3.0	0.0	小麦	アワビ	ごま
	キャベツ千切	15	3	0.2	0.0	0.8	0.0	そば	牛肉	大豆
								落花生	豚肉	アーモンド
								くるみ	鶏肉	カシューナッツ
								オレンジ	松茸	
								キウイフルーツ		
							バナナ			
	P: 18.3% F: 28.6% C: 53.1%									
	おかずのみカロリー: 357kcal	293	575	26.0	18.0	74.6	2.2			
	白ライス (小盛)	140	218	3.5	0.4	51.9	0.0	えび	鮭	桃
	鮭塩焼	40	103	10.1	6.3	0.2	0.7	かに	さば	りんご
	ひき肉入りもやしカレー炒め	62	49	4.2	3.1	2.3	0.4	卵	いくら	山芋
	大根煮	44	59	3.7	1.6	6.0	0.8	乳成分	いか	ゼラチン
	かぼちゃ素揚げ	20	57	0.5	4.1	4.0	0.0	小麦	アワビ	ごま
	豆煮	10	19	0.5	0.1	4.4	0.0	そば	牛肉	大豆
								落花生	豚肉	アーモンド
								くるみ	鶏肉	カシューナッツ
								オレンジ	松茸	
								キウイフルーツ		
							バナナ			
	P: 17.8% F: 27.8% C: 54.4%									
	おかずのみカロリー: 287kcal	316	505	22.5	15.6	69.3	1.9			
	白ライス (小盛)	140	218	3.5	0.4	51.9	0.0	えび	鮭	桃
	若鶏の照焼	50	177	15.7	8.0	5.9	0.5	かに	さば	りんご
	ミックスベジタブル炒め	35	34	1.2	0.7	5.7	0.7	卵	いくら	山芋
	さつま芋甘煮	15	28	0.2	0.0	6.7	0.0	乳成分	いか	ゼラチン
	かぼちゃ素揚げ	20	57	0.5	4.1	4.5	0.0	小麦	アワビ	ごま
	ツナサラダ	31	65	2.0	5.7	1.6	0.5	そば	牛肉	大豆
								落花生	豚肉	アーモンド
								くるみ	鶏肉	カシューナッツ
								オレンジ	松茸	
								キウイフルーツ		
							バナナ			
	P: 16.0% F: 29.4% C: 54.6%									
	おかずのみカロリー: 361kcal	291	579	23.1	18.9	76.3	1.7			
	白ライス (小盛)	140	218	3.5	0.4	51.9	0.0	えび	鮭	桃
	豚肉生姜焼	70	168	12.1	8.0	5.7	0.9	かに	さば	りんご
	けんちん煮	44	36	1.2	0.8	5.9	0.8	卵	いくら	山芋
	ポテトフライ	35	78	0.7	5.0	7.6	1.1	乳成分	いか	ゼラチン
	果物 (みかん缶)	15	10	0.1	0.0	2.3	0.0	小麦	アワビ	ごま
	キャベツ千切	15	3	0.2	0.0	0.8	0.0	そば	牛肉	大豆
								落花生	豚肉	アーモンド
								くるみ	鶏肉	カシューナッツ
								オレンジ	松茸	
								キウイフルーツ		
							バナナ			
	P: 13.9% F: 25.0% C: 61.1%									
	おかずのみカロリー: 294kcal	319	512	17.8	14.2	74.2	2.5			
	白ライス (小盛)	140	218	3.5	0.4	51.9	0.0	えび	鮭	桃
	白身魚のから揚げ	27	65	4.7	2.3	5.4	0.5	かに	さば	りんご
	鶏から揚げ	30	142	9.4	7.8	5.5	0.4	落花生	豚肉	アーモンド
	切干大根煮	20	42	1.4	0.4	8.1	0.6	卵	いくら	山芋
	ほうれん草ごま和え	32	25	1.1	0.6	4.0	0.3	乳成分	いか	ゼラチン
	かぼちゃ素揚げ	22	57	0.5	4.1	4.5	0.0	小麦	アワビ	ごま
	豆煮	10	25	0.6	0.1	5.7	0.0	そば	牛肉	大豆
								くるみ	鶏肉	カシューナッツ
								オレンジ	松茸	
								キウイフルーツ		
							バナナ			
	P: 14.8% F: 24.6% C: 60.6%									
	おかずのみカロリー: 356kcal	281	574	21.2	15.7	85.1	1.8			

