

料理名	なかよしカレー	小麦・乳
-----	----------------	------

アレルギー 原因食物	卵 ×	乳製品 ×	小麦 ×	えび ×	かに ×	ピーナッツ ×	そば ×
---------------	--------	----------	---------	---------	---------	------------	---------

対応の 工夫	アレルギーフリーの加工食品の活用による対応
-----------	------------------------------

食品名	1人当たり 可食量g	作り方
牛肉	35	① たまねぎはくし形切り、じゃがいも、にんじんは一口大、にんにく、しょうがはみじん切りにする。 ② 鍋に油を熱し、しょうが、にんにく、牛肉、たまねぎを炒め、塩こしょうをする。 ③ ②ににんじん、じゃがいもを加え軽く炒め、コンソメ、水を加えて煮る。 ④ 材料に火がとおったらカレールウ(小麦、乳不使用)を加え煮る。 ⑤ 調味料を加え味を調える。
たまねぎ	50	
じゃがいも	50	
にんじん	20	
にんにく	0.5	
しょうが	0.5	
食塩	0.1	
こしょう	0.03	
炒め油	1	
☆カレールウ (小麦、乳不使用)	14	
ウスターソース	2	
トマトケチャップ	2	
☆コンソメ	1	
水	60	

***ポイントなど**
 ☆カレールウ、コンソメは卵、乳、小麦不使用のものを
 選定する。

注:アレルギーフリーの加工食品を使用する場合は通常のアレルゲンの入った加工食品と区別するため、献立表にもその旨を明記し、毎月の献立確認時に保護者に丁寧に説明します。
 なお、アレルギーフリーの加工食品を日常的に使用している場合でも、毎月伝えましょう。
 また、アレルギーの入っている料理名とアレルギーフリーの料理名は区別できるようにしましょう。

