

アレルギー対応献立の考え方

1. 基本的な献立作成の考え方

- ・除去食を基本とし、メニューに占める除去割合が多い場合は代替食を提供する
- ・対応アレルゲン：表示義務原材料 7 品目(乳、卵、小麦、えび、かに、そば、落花生)＋ごま・ごま油
- ・アレルギー対応献立 3 形態からの選択：①乳対応、②卵対応、③アレルゲン 8 種対応

2. 対応方法

①食材

食材例	アレルゲン	対応方法
牛乳	乳	除去または豆乳等に変更
卵	卵	除去して、他の食材を増量
小麦粉	小麦	でん粉、米粉、コーンスターチに変更
えび	えび	除去して、他の食材を増量
かに	かに	除去して、他の食材を増量
そば	そば	使用予定なし
落花生	落花生	除去
ごま	ごま	除去
マカロニ	小麦	除去して、他の食材を増量
生クリーム、ヨーグルト、チーズ粉末	乳	除去
バター	乳	除去またはサラダ油等に変更
うどん、スパゲッティ	小麦	アレルギー対応物資の麺等に変更

②加工調理品(例:魚フライ、ハンバーグ、コロッケ、オムレツ、シュウマイ)

手作りの代替食を基本とするが、アレルギー対応の加工品利用も想定する。

③一食添え物・デザート(例:のりたまごふりかけ、一食チーズ、ヨーグルト)

代替食を基本とする。

④調味料

品名	アレルゲン	対応方法
ごま油	ごま	除去またはサラダ油等に変更
マヨネーズ	卵	アレルギー対応の調味料を使用
カレールウ	小麦	
ドライカレー	乳 小麦	
ハシルウ、デミグラスソース、ホリトル	小麦	除去または代替食

○以下の場合には基本的には対応しないものとする。

- ・アレルゲンの割合が低いもの。または、1 回の使用量が微量であるため、アレルゲンの割合が低くなるもの。
- ・製造過程でたんぱく質が分解されているもの。

<対応しない調味料案>

洋こしょう、中華スープの素、風味調味料、コンソメの素、ソース等