

食物アレルギー代替食品一覧表

	食品名及び料理名	代替食品・調理対応等（例）
鶏卵	卵料理及び卵を使用した料理、手作りおやつ	
	炒り卵（彩り）	卵を抜いてコーンを入れる
	かき卵汁・スープ等	卵を抜く
	ハンバーグ	卵を抜く
	揚げ物の衣	卵を抜いて粉類を水だけで溶く
	卵とじ	卵を抜いて他の具を増やす
	ホットケーキ・蒸しパン	<ul style="list-style-type: none"> ・卵を抜いて牛乳や水などで調節する ・ベーキングパウダーでふくらみをつける ・バター、牛乳、豆乳を加えてしっとりさせる。 ・かぼちゃや人参のすりおろしなどを加え、うま味や香り、色味を変える。
	加工品	
	ハム・ウィンナ・ベーコン	卵不使用の製品、肉等
	ちくわ	卵不使用の製品、肉等
	パン	卵不使用の製品
	麺	卵不使用の製品、ライスパスタ、春雨等
	市販菓子	卵不使用の製品
牛乳 ・ 乳製品	飲用	
	粉ミルク	アレルギー用ミルク
	牛乳	豆乳、アレルギー用ミルク
	乳製品	
	ヨーグルト	豆乳ヨーグルト、ゼリー
	チーズ	ゼリー
	生クリーム	<ul style="list-style-type: none"> ・生クリームを抜く ・豆乳ホイップクリーム ・果物やさつま芋をピューレ状にし、米粉などを混ぜて加熱してとろみをつける。
	牛乳・乳製品を使用した料理、手作りおやつ	
	シチュー・スープ	牛乳を抜いて豆乳を使用する
	ホットケーキ・蒸しパン	牛乳を抜いて豆乳や水などで調節
	加工品	
	パン	米
	バター	植物油
	市販菓子	乳・乳製品不使用のもの
小麦	小麦を使用した食品	
	パン	米、米粉パン
	中華麺・うどん・素麺 スパゲティ・マカロニ	米、春雨(原材料：緑豆・じゃが芋・さつま芋)、ライスパスタ等
	麩	麩を抜く
	小麦を使用した料理、手作りおやつ	
	シチュー・スープ	小麦粉を抜いて片栗粉、米粉を使用する
	カレールー	アレルギーに配慮したルーを使用
	ホットケーキ・蒸しパン	<ul style="list-style-type: none"> ・小麦粉を使用しないおやつ「おにぎり」や「ふかし芋」等で代替 ・アレルギーに配慮した製品を使用(大豆粉のパンケーキミックス等)
	ハム・ウィンナ・ベーコン	小麦粉不使用のもの、肉等
	ちくわ	小麦粉不使用のもの、肉等
	醤油・酢	<ul style="list-style-type: none"> ・小麦粉不使用の醤油、酢
	※医師の指示があった場合	<ul style="list-style-type: none"> ・塩