

卵・ナッツ類・乳製品 アレルギー献立表

組 氏名

日／曜	時間帯	献立	卵	ナッツ類(アーモンド・ピーナッツ)	乳・乳製品
1木	昼食	① あんかけ焼きそば ② 高野豆腐とわかめのスープ ③ ツナとかぼちゃのサラダ ④ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② リゾット			
2金	昼食	① キーマカレー ② 白菜スープ ③ ブロッコリーときのこのサラダ ④ ポンカン			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ポテトフライ			
3土	昼食	① ごはん ② 厚揚げとほうれん草の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ スティックきゅうり			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアトースト			
5月	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 豆腐とひじきのれんこんバーグ ④ 切干大根の煮物 ⑤ はっさく			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナの和風ペンネ			
6火	昼食	① 大豆とじゃこのごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 鶏肉と大根の五目煮 ④ 白菜と小松菜のおかか和え ⑤ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② もちもち芋まんじゅう			
7水	昼食	① ごはん ② 小松菜と豆腐のすまし汁 ③ かじきのみそ焼き ④ れんこんのきんぴら ⑤ いよかん			
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナケーキ	卵→除去		牛乳→豆乳、バター→油
8木	昼食	① 麦入りごはん ② なすの味噌汁 ③ メンチカツ ④ キャベツのサラダ ⑤ ポンカン			
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごジャムサンド			
9金	昼食	① 麦入りごはん ② 水菜と麩の味噌汁 ③ ぶりの甘辛煮 ④ 白和え ⑤ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② かぼちゃもちのシュガーバター			
10土	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 豚肉のプルコギ ④ ポイルブロッコリー			
	午後おやつ	① 牛乳 ② さつま芋きんとん ③ クラッカー			
13火	昼食	① 麦入りごはん ② 切干大根の味噌汁 ③ さばのトマトソースかけ ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ グレープフルーツ			
	午後おやつ	① 麦茶 ② 肉うどん			
14水	昼食	① ごはん ② のっぺい汁 ③ 豚肉の生姜焼き ④ 花野菜のごま和え ⑤ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズコーントースト			

