

日 曜	時間帯	献 立	乳	卵	くるみ	いくら	なめこ	ピーナッツ・ナッツ類
5 19 月	昼食	① チキンカレーライス ② 切り干し大根としらすの酢の物 ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ	③チーズ→ウインナー					
	午後おやつ	① 牛乳 ② スポンジケーキのいちごソースかけ	①牛乳→麦茶対応					
6 20 火	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐と水菜のすまし汁 ③ 鮭のちゃんちゃん焼き ④ みかん ⑤ さつま芋のレモン煮						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆乳ココアクリームサンド	①牛乳→麦茶対応					
7 水	昼食	① クリームスパゲティー ② 白菜スープ ③ キャベツとれんこんのツナサラダ ④ バナナ	①バター→除去、牛乳→豆乳					
	午後おやつ	① 麦茶 ② 中華風七草がゆ						
21 水	昼食	① クリームスパゲティー ② 白菜スープ ③ キャベツとれんこんのツナサラダ ④ バナナ	①バター→除去、牛乳→豆乳					
	午後おやつ	① 麦茶 ② 中華風おこわ						
8 22 木	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② かぶの味噌汁 ③ 鶏の照り焼き ④ テンゲン菜と人参のソテー ⑤ りんご						
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナマフィン	①牛乳→麦茶対応 ②バター→油、牛乳→水 スキムミルク→除去					
9 23 金	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ カレイのおろし醤油かけ ④ 五目煮豆 ⑤ グレープフルーツ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② サモサ	①牛乳→麦茶対応					
10 24 土	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 豚肉と大根の煮物 ④ ブロッコリーのおかか和え						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆腐ブラウニー	①牛乳→麦茶対応					
13 火 26 月	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーボー豆腐 ④ 中華風さゆうり ⑤ オレンジ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大学かぼちゃ	①牛乳→麦茶対応					
14 28 水	昼食	① 人参ピラフ ② トマトスープ ③ 鶏肉のマヨネーズパン粉焼き ④ 花野菜サラダ ⑤ バナナ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のオレンジ蒸しパン	①牛乳→麦茶対応					
15 29 木	昼食	① 麦入りごはん ② 里芋の味噌汁 ③ 豆腐入りミートローフ ④ ほうれん草とエリンギのソテー ⑤ グレープフルーツ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすチーズトースト	①牛乳→麦茶対応 ②ビザ用チーズ→マヨドレ					
16 30 金	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ かじきの甘辛焼き ④ 紅白なます ⑤ みかん						
	午後おやつ	① 牛乳 ② ビーフン	①牛乳→麦茶対応					
17 31 土	昼食	① ごはん ② 小松菜の味噌汁 ③ 厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め ④ 粉ふき芋						
	午後おやつ	① 牛乳 ② マカロニのあべ川	①牛乳→麦茶対応					
27 火	昼食	① 切干大根ごはん ② けんちん汁 ③ 豚肉のねぎ塩炒め ④ 白菜とほうれん草のごま味噌和え ⑤ みかん						
	午後おやつ	① 牛乳 ② ひじきのミルクブレッド	①牛乳→麦茶対応 ②バター→油、スキムミルク→除去					