

2018年1月



除去・代替食献立表



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			午前おやつ	生牛乳	乳	卵(完全除去)	種実類	甲殻類	魚卵	
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの								
4	木	チキンカレーライス れんこんマヨサラダ ポイルワインナー みかん	牛乳 クラッカー オレンジチーズサンド	米、じゃがいも、押麦、マヨネーズ、油、ごま	牛乳、鶏もも肉、ワインナー、クリームチーズ	みかん、たまねぎ、にんじん、れんこん、ママーレード、きゅうり、コーン缶、にんにく、しょうが	牛乳	●牛乳→豆乳	●クリームチーズ→除去					
5	金	ご飯 切干大根の味噌汁 豚肉の梅焼き 里芋の土佐煮	きゅうりの中華風漬物 りんご 麦茶 七草粥	米、さといも、油、三温糖、ごま油	豚肉(ヒレ)、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、牛乳	りんご、にんじん、きゅうり、ねぎ、七草、切り干しだいこん、うめ干し	牛乳	●牛乳→豆乳						
19	金	ご飯 切干大根の味噌汁 豚肉の梅焼き 里芋の土佐煮	きゅうりの中華風漬物 りんご 牛乳 レモンラスク	米、さといも、食パン、三温糖、油、ごま油	牛乳、豚肉(ヒレ)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、バター、かつお節、いわし(煮干し)	りんご、にんじん、きゅうり、ねぎ、切り干しだいこん、うめ干し、レモン	牛乳	●牛乳→豆乳	●バター→サラダ油					
6	土	ご飯 玉葱とほうれん草の味噌汁 厚揚げと豚ひき肉の中華炒め 塩きんぴら	バナナ バームクーヘン	米、ごま油、油、片栗粉、三温糖、バームクーヘン	牛乳、生揚げ、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、いわし(煮干し)	バナナ、にんじん、たまねぎ、ごぼう、ねぎ、ピーマン、ほうれんそう、しょうが	牛乳	●牛乳→豆乳	●バームクーヘン→ 食パンのメープルサンド	バームクーヘン→ 食パンのメープルサンド				
22	月	ご飯 けんちん汁 きのこ鶏もも肉のバター醤油炒め カリフラワーとちくわのサラダ	いちご ビーフン	米、さといも、ビーフン、マヨネーズ、油	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、豚肉(もも)、ちくわ、油揚げ、バター、かつお節、いわし(煮干し)	いちご、カリフラワー、だいこん、にんじん、しめじ、えのきたけ、ごぼう、ねぎ、たけのこ(水煮缶)、ピーマン、万能ねぎ、にんにく、カトわかめ	牛乳	●牛乳→豆乳	●バター→除去					
9	火	わかめごはん 白菜の味噌汁 干草焼き チンゲンサイ炒め	ネーブル 米粉の味噌蒸しパン	米、米粉、油、三温糖	牛乳、卵、米みそ(淡色辛みそ)、鶏ひき肉、かつお節、いわし(煮干し)	ネーブル、チンゲンサイ、オレンジ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、しいたけ、いんげん	牛乳	●牛乳→豆乳	●牛乳→豆乳	●卵→豆腐 ●卵(蒸しパン)→除去				
10	水	ロールパン ミネストローネスープ 鶏肉のソテー キャベツサラダ	りんご そばろ焼きおにぎり	ロールパン、米、じゃがいも、油、マカロニ、小麦粉、三温糖	鶏もも肉、豚ひき肉、ベーコン、牛乳	キャベツ、りんご、ホールトマト缶、きゅうり、にんじん、たまねぎ	牛乳	●牛乳→豆乳	●ロールパン→食パン					
11	木	ご飯の昆布佃煮添え 麩のすまし汁 さわらのごま照り焼き 紅白なます	いよかん ツナ入りポテト焼き	じゃがいも、米、片栗粉、焼ふ、ごま、油、三温糖	牛乳、さわか、ツナ油漬缶、鶏もも肉、かつお節	だいこん、いよかん、にんじん、ねぎ、たまねぎ、こんぶ(煮物用)、こんぶ(だし用)、しょうが	牛乳	●牛乳→豆乳		●ごま→除去				
12	金	ごぼうミルクスパゲティ わかめスープ 厚揚げのケチャップ炒め 野菜スティック	バナナ ☆誕生日会☆ 牛乳 小豆の抹茶風味ケーキ	スパゲティ、小麦粉、油、砂糖、片栗粉、三温糖	牛乳、生揚げ、豚肉(ばら)、卵、ゆであずき缶、生クリーム、バター、かつお節	バナナ、にんじん、ごぼう、きゅうり、ねぎ、万能ねぎ、こんぶ(だし用)、カトわかめ	牛乳	●牛乳→豆乳	●バター、生クリーム→除去 ●牛乳(スパゲティ、ケーキ)→豆乳	●卵→除去				
26	金	ごぼうミルクスパゲティ わかめスープ 厚揚げのケチャップ炒め 野菜スティック	バナナ じゃこトースト	スパゲティ、食パン、マヨネーズ、油、小麦粉、片栗粉、三温糖	牛乳、生揚げ、豚肉(ばら)、しらす干し、生クリーム、バター、かつお節	バナナ、にんじん、ごぼう、きゅうり、ねぎ、万能ねぎ、こんぶ(だし用)、カトわかめ、あおのり	牛乳	●牛乳→豆乳	●バター、生クリーム→除去 ●牛乳→豆乳					
13	土	ご飯 豆腐の味噌汁 肉野菜炒め 中華風やし	ボンカン 棒チーズ ビスケット	米、油、ごま油、三温糖、ビスケット	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、棒チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、いわし(煮干し)	もやし、ボンカン、にんじん、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、しょうが	牛乳	●牛乳→豆乳	●棒チーズ→ふかし芋 ●ビスケット→ミレービスケット					
15	月	ミルクパン キャベツのスープ ツナのチーズスローフ ブロッコリーときのこのサラダ	りんご 麦茶 おしるこ	ミルクパン、三温糖、白玉粉、パン粉、油、砂糖、ごま油、さつまいも	あずき(ゆで)、ツナ油漬缶、卵、チーズ、牛乳	たまねぎ、りんご、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、しめじ、えのきたけ	牛乳	●牛乳→豆乳	●ミルクパン→食パン ●チーズ→除去	●卵→豆腐				
16	火	かき玉うどん 五目煮豆 さつま芋のオレンジ煮 バナナ	牛乳 フライド大根	さつまいも、生うどん、油、片栗粉、三温糖、小麦粉	牛乳、卵、だいたず水煮缶、かつお節	だいこん、バナナ、ほうれんそう、みかん濃果汁、にんじん、れんこん、ごぼう、こんぶ(だし用)、にんにく、ひじき	牛乳	●牛乳→豆乳		●卵→除去				
17	水	ご飯 かぶの味噌汁 白身魚の天ぷら ごぼうの炒め煮	小松菜のごま和え いちご 納豆チャーハン	米、油、小麦粉、三温糖、ごま	牛乳、たら、鶏ひき肉、挽きわり納豆、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、いわし(煮干し)	いちご、にんじん、こまつな、かぶ、もやし、ごぼう、ねぎ、いんげん	牛乳	●牛乳→豆乳		●ごま→除去				

☆マヨネーズはアレルギー成分を含まないマヨドレを使用します。
 ☆食パンは乳成分、卵成分を含まないものを使用します。
 ☆ロールパン、ミルクパンは卵成分を含まないものを使用します。
 ☆加工品は、その都度原材料の成分を確認して提供いたします。それにより、内容の一部が変更になる場合もあります。