



食物アレルギー献立表



日曜	時間帯	献立	卵	ごま	ピーナッツ ナッツ類	くるみ	キウイフルーツ	乳
1 木 15 木	昼食	① ごはん ② 麩と水菜のすまし汁 ③ さばのごま照り焼き ④ 小松菜と油揚げの煮浸し ⑤ みかん		③白ごま→除去				
	午後おやつ 1日	① 牛乳 ② お好み焼き						①牛乳→麦茶
2 金 16 金	昼食	① カレーライス ② 大根とツナのサラダ ③ 棒チーズ ④ バナナ						①牛乳→麦茶 ②牛乳→水、バター→油 ③チーズ→除去
	午後おやつ	① 麦茶 ② 鶏中華ラーメン						
3 土 17 土	昼食	① ごはん ② えのきの味噌汁 ③ 鶏肉とブロッコリーの炒め煮 ④ 青のりポテト		③ごま油→除去				
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごジャムサンド						①牛乳→麦茶
5 月 19 月	昼食	① 麦入りごはん ② 大根の味噌汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ ほうれん草のおかか和え ⑤ オレンジ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② レーズンケーキ						①牛乳→麦茶 ②スキムミルク→除去、バター→油、牛乳→水
6 火 20 火	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりのおろしソースかけ ④ きんぴらごぼう ⑤ りんご		④白ごま、ごま油→除去				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 肉みそパゲティー						①牛乳→麦茶
7 水 21 水	昼食	① ビビンバ丼 ② わかめスープ ③ ひじきのサラダ ④ バナナ		①白ごま、ごま油→除去				
	午後おやつ 7日	① 牛乳 ② あんぱん						①牛乳→麦茶 ②ロイヤルローフ→乳なしパン
8 木	午後おやつ 21日	① 牛乳 ② 冬至あんぱん						①牛乳→麦茶 ②パンキンローフ→乳なしパン
	昼食	① 五目うどん ② ジャーマンポテト ③ スティックきゅうり ④ みかん						
22 木	午後おやつ	① 牛乳 ② 五平餅		②白ごま→除去				①牛乳→麦茶
	昼食	① トナカイカレー ② ローストチキン ③ ツリーサラダ ④ みかん						
9 金 23 金	午後おやつ	① 牛乳 ② スモアトースト						①牛乳→麦茶 ②牛乳→水
	昼食	① 麦入りごはん ② かぶとわかめの味噌汁 ③ 鮭の黄金焼 ④ 白菜と小松菜のごま和え ⑤ バナナ		④白ごま→除去				
10 土 24 土	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアケーキ						①牛乳→麦茶 ②スキムミルク→除去、バター→油、牛乳→水
	昼食	① ごはん ② じゃが芋としめじの味噌汁 ③ 豚肉とれんこんの炒め煮 ④ きゅうりとわかめの三杯酢						
12 月	午後おやつ	① 牛乳 ② パナナスコーン						①牛乳→麦茶
	昼食	① 麦入りごはん ② ポトフ風スープ ③ 鶏肉のトマト煮 ④ 大豆のサラダ ⑤ オレンジ						
26 月	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のヨーグルト蒸しパン						①牛乳→麦茶 ②スキムミルク→除去、バター→油、牛乳→水、ヨーグルト→除去
	昼食	① 鶏塩うどん ② 五平餅 ③ 野菜の塩昆布和え ④ みかん		①ごま油→除去 ②白ごま→除去				
13 火 27 火	午後おやつ	① 牛乳 ② もちもちまんじゅう						①牛乳→麦茶
	昼食	① ごはん ② 切干大根の味噌汁 ③ さつま芋コロツケ ④ キャベツのサラダ ⑤ りんご						
14 水 28 水	午後おやつ	① 麦茶 ② 中華風おこわ ③ ポリポリ小魚						
	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜の中華スープ ③ 厚揚げの酢豚風 ④ ブロッコリーの中華炒め ⑤ グレープフルーツ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② メロンパン風トースト						①牛乳→麦茶 ②スキムミルク→除去、バター→油、牛乳→水

※午前の牛乳 → 麦茶



ロイヤルローフ : 乳使用 / 卵・ごま・ピーナッツ・ナッツ類・くるみ・キウイフルーツ 不使用
 パンキンローフ : 乳使用 / 卵・ごま・ピーナッツ・ナッツ類・くるみ・キウイフルーツ 不使用
 無添加工パン : 卵・ごま・ピーナッツ・ナッツ類・くるみ・キウイフルーツ・乳 不使用