

平成 28 年 11 月 アレルギー 食事 献立表

※献立表にて、お子様の食べた事のない食材がありましたらお知らせください。
※アレルギー献立表にて、アレルギー対応献立の確認と代替食の確認をお願いします。

日付	午前おやつ	献立名	3時のおやつ	卵	牛乳・乳製品	小麦	えび・かに(しらす)	ナッツ	そば	魚卵
1 15	火	①牛乳 ◆①ロールパン ◆②白菜のミルクスープ ◆③フロッキーとチーズのキッシュ ④さつま芋のマーマレード煮 ⑤バナナ	★①しらす入りみそ焼きおにぎり	◆①ロールパン→卵乳なしロールパン ◆③卵→さつまいも、鶏ひき肉	おやつ ◆①ロールパン→卵乳なしロールパン ◆②牛乳→豆乳 ◆③ピザ用チーズ→アレルギーマヨネーズ 牛乳→豆乳	◆①ロールパン→手作り米粉パン	★①しらす干し→ツナ缶			
2 16	水	①牛乳 ①ごはん ②油揚げと大根のみそ汁 ③さばの竜田揚げ ④白あえ ⑤柿	①牛乳 ★②ヨーグルト蒸しパン	★②卵→除去	おやつ ◆①ロールパン→卵乳なしロールパン ◆②ヨーグルト→豆乳ヨーグルト	★②ホットケーキ粉→米粉、ベーキングパウダー				
4 18	金	①牛乳 ①さつま芋カレー ②ウインナー ③カリフラワーとコーンのサラダ ④りんご	①牛乳 ★②ほうれん草とチーズのスコーン		おやつ ◆①ロールパン→卵乳なしロールパン ◆②ヨーグルト→豆乳ヨーグルト	★②ホットケーキ粉→米粉、ベーキングパウダー				
5 19	土	①牛乳 ①ごはん ②高野豆腐と小松菜のすまし汁 ③れんこんと鶏肉の炒め物 ④粉ふき芋 ⑤みかん	①牛乳 ★②スティックパン	★②スティックパン→卵乳なしいちごジャムパン	おやつ ◆①ロールパン→卵乳なしロールパン ◆②ヨーグルト→豆乳ヨーグルト	★②スティックパン→手作り米粉いちごジャムパン				
7 22	月 火	①牛乳 ◆①食パン ◆②卵とキャベツのスープ ◆③ポテトミートグラタン ④きのことコーンのソテー ⑤みかん	★①リゾット	◆②卵→コーン缶、ツナ缶	おやつ ◆①食パン→卵乳なし食パン ◆③脱脂粉乳→除去 バター→油 ピザ用チーズ→パン粉 ★①バター→油 牛乳→豆乳	◆①食パン→手作り米粉パン				
8 21	火 月	①牛乳 ①鮭のごはん ②なめこのすまし汁 ③鶏肉のごまみそ焼 ④ひじきとさつま芋の煮物 ⑤柿	①牛乳 ★②五目ビーフン		おやつ ◆①食パン→卵乳なし食パン ◆③脱脂粉乳→除去 バター→油 ピザ用チーズ→パン粉 ★①バター→油 牛乳→豆乳		★②干しえび→ツナ缶			
9 30	水	①牛乳 ①かやくごはん ②豆腐のみそ汁 ③糖の煮つけ ④小松菜ともやしの和え物 ⑤りんご	①牛乳 ★②ココアバナナケーキ	★②卵→豆乳	おやつ ◆①食パン→卵乳なし食パン ◆③脱脂粉乳→除去 バター→油 ピザ用チーズ→パン粉 ★①バター→油 牛乳→豆乳	★②小麦粉→米粉				
10 24	木	①牛乳 ①ごはん ②チンゲン菜のスープ ◆③中華風ミートローフ ④キャベツのツナサラダ ⑤バナナ	①牛乳 ★②オレンジジュース	◆③卵→除去	おやつ ◆①食パン→卵乳なし食パン ◆③脱脂粉乳→除去 バター→油 ピザ用チーズ→パン粉 ★①バター→油 牛乳→豆乳	◆③パン粉→除去				
11 25	金	①牛乳 ◆①けんちんうどん ②大豆の甘辛揚げ ③カリカリきゅうり ④ミニトマト ⑤オレンジ	①牛乳 ★②ホットドッグ	★②ドッグパン→卵乳なしドッグパン	おやつ ◆①食パン→卵乳なし食パン ◆③脱脂粉乳→除去 バター→油 ピザ用チーズ→パン粉 ★①バター→油 牛乳→豆乳	◆①生うどん→米粉麺 ★②ドッグパン→手作り米粉パン				
12 26	土	①牛乳 ①ずき焼き風丼 ②厚揚げとわかめの味噌汁 ③かぼちゃのごま和え ④パイナップル缶	①牛乳 ★②バウムクーヘン	★②バウムクーヘン→卵乳なし手作りケーキ	おやつ ◆①食パン→卵乳なし食パン ◆③脱脂粉乳→除去 バター→油 ピザ用チーズ→パン粉 ★①バター→油 牛乳→豆乳	★②バウムクーヘン→手作り米粉ケーキ				
14 28	月	①牛乳 ①ごはん ②里芋のみそ汁 ◆③炒り豆腐 ④れんこんきんぴら ⑤グレープフルーツ	①牛乳 ★②焼きうどん	◆③卵→除去	おやつ ◆①食パン→卵乳なし食パン ◆③脱脂粉乳→除去 バター→油 ピザ用チーズ→パン粉 ★①バター→油 牛乳→豆乳	★②生うどん→米粉麺				
17 29	木 火	①牛乳 ◆①五目ラーメン ◆②ごぼうのサラダ ③フロッキーのソテー ④オレンジ	①牛乳 ★②フレンチトースト	◆②マヨネーズ→アレルギーマヨネーズ ★②卵→かぼちゃ	おやつ ◆①食パン→卵乳なし食パン ◆③脱脂粉乳→除去 バター→油 ピザ用チーズ→パン粉 ★①バター→油 牛乳→豆乳	◆①生中華麺→あわめん ★②食パン→手作り米粉パン				

