



平成 30 年 4 月 アレルギー 食事 献立 表



	午前	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・山芋
2月	①牛乳	◆①ミルクトースト ◆②コーンスープ ◆③スペイン風オムレツ ④ブロッコリーときのこのソテー ⑤オレンジ	①チーズおかかおにぎり ☆②ポリポリ小魚	◆③卵→鶏ひき肉・かぼちゃ	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ◆①ミルクトースト→乳なしパン ◆②牛乳→豆乳・バター→除去 ☆②プロセスチーズ→コーン缶	◆①ミルクトースト→手作り米粉パン				
3月	①牛乳	①ごはん ②かぼちゃの味噌汁 ③かじきの竜田揚げ ④春キャベツの甘酢あえ ⑤グレープフルーツ	①牛乳 ☆②クラッカーサンド		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶	☆②クラッカー→小麦なしせんべい				
4月	①牛乳	◆①味噌ラーメン ②豚さつま ③スナッペンえんどうのサラダ ④いちご	①牛乳 ☆②ココア蒸しパン	☆②卵→除去	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶	◆①生中華めん→あわめん ☆②小麦粉→米粉				
5月	①牛乳	①チキンカレー ②いんげんとツナのサラダ ③ミニトマト ④りんご	①牛乳 ☆②ヨーグルトスコーン		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②バター→油 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・三温糖				
6月	①牛乳	①ごはん ②切干大根の味噌汁 ③肉じゃが ④小松菜のマヨネーズ和え ⑤バナナ	①牛乳 ☆②きな粉トースト		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②ミルクトースト→乳なしパン	☆②ミルクトースト→手作り米粉パン				
7月	①牛乳	①ごはん ②玉ねぎの味噌汁 ③厚揚げのそぼろ煮 ④粉ふき芋 ⑤パイン缶	①牛乳 ☆②カップケーキ	☆②カップケーキ →卵乳なし米粉のコーン蒸しパン	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②カップケーキ →卵乳なし米粉のコーン蒸しパン	☆②カップケーキ →卵乳なし米粉のコーン蒸しパン				
9月	①牛乳	◆①親子丼 ②豆腐の味噌汁 ③きゅうりのサラダ ④清見オレンジ	①牛乳 ☆②スイートポテト	◆①卵→コーン缶	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②生クリーム→豆乳 バター→除去					
10月	①牛乳	①ごはん ②わかめスープ ③麻婆豆腐 ④トマトの中華風サラダ ⑤バナナ	①牛乳 ☆②ケーキサレ	☆②卵→除去	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶	☆②ホットケーキ粉 →米粉・ベーキングパウダー・三温糖				
11月	①牛乳	◆①バターロール ②春野菜のスープ ③鮭のマヨネーズ焼き ④アスパラガスとじゃがいものソテー ⑤グレープフルーツ	①牛乳 ☆②焼うどん	◆①バターロール→卵乳なしパン	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ◆①バターロール→卵乳なしパン	◆①バターロール→手作り米粉パン ☆②生うどん→米粉めん				
12月	①牛乳	◆①ナポリタン ②かぶのスープ ③コールスローサラダ ④りんご	①牛乳 ☆②チャーハン	☆②卵→コーン缶	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶	◆①スパゲティ→きびめん	☆②干しえび→除去			
13月	①牛乳	①たけのこごはん ◆②麩のすまし汁 ③さわらのみそ焼き ④五目煮豆 ⑤いちご	①牛乳 ☆②ツナサンド	☆②バターロール→卵乳なしパン	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②バターロール→卵乳なしパン	◆②焼ふ→除去 ☆②バターロール→手作り米粉パン				
14月	①牛乳	①ごはん ②小松菜のすまし汁 ③チンジャオロース ④かぼちゃのごま和え ⑤バナナ	①牛乳 ☆②ドーナツ	☆②ドーナツ→卵乳なしドーナツ	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②ドーナツ→卵乳なしドーナツ	☆②ドーナツ→手作り米粉ドーナツ				