



平成30年8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	魚・山芋
1	水	①牛乳 ◆①スパゲティミートソース ②キャベツとセロリのスープ ◆③チーズポテト ④カレーきゅうり ⑤バナナ	①牛乳 ☆②レモンラスク		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ◆①バター→除去 ◆③粉チーズ→除去 ☆②バター→油	◆①スパゲティ米粉めん 小麦粉→片栗粉 ☆②ソフトフランス →手作り米粉パン		
2	木	①牛乳 ◆②かき玉汁 ③蒸しがれいの甘酢あんかけ ④小松菜の炒め煮 ⑤すいか	①牛乳 ☆②ヨーグルト蒸しパン	◆②卵→コーン缶	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②脱脂粉乳→除去 バター→油 ヨーグルト→豆乳ヨーグルト 牛乳→豆乳	☆②小麦粉→米粉		
3	金	①牛乳 ◆①バターロール ②豆腐入りコーンスープ ◆③タンダーチキン ④コールスローサラダ ⑤梨	①おほかの焼きおにぎり ☆②スティッチーズ	◆①バターロール →卵乳なしパン	午前牛乳→豆乳または麦茶 ◆①バターロール→卵乳なしパン ◆③ヨーグルト→豆乳ヨーグルト ☆②プロセスチーズ→ウインナー	◆①バターロール →手作り米粉パン		
4 18	土	①牛乳 ①ごはん ②じゃが芋のすまし汁 ③豚肉となすの味噌炒め ④ほうれん草とやしのお浸し ⑤グレープフルーツ	①牛乳 ②コーンフレーク ③バナナ		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶			
6 20	月	①牛乳 ◆①夏野菜カレーライス ◆②マカロニサラダ ③枝豆 ④梨	①牛乳 ☆②ココアケーキ	☆②卵→除去	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②牛乳→豆乳 バター→油	◆②マカロニ米粉めん ☆②小麦粉→米粉		
7 21	火	①牛乳 ◆①きつねうどん ◆②しらすとねぎの卵焼き ③ブロッコリーの塩昆布和え ④パイナップル	①牛乳 ②中華風おこわ	◆②卵→鶏ひき肉・かぼちゃ	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶	◆①生うどん→米粉めん	◆②しらす→除去	
8 22	水	①牛乳 ①麦入りご飯 ②春雨スープ ③チンジャオロース ④オクラのおかか和え ⑤グレープフルーツ	①牛乳 ☆②豆乳クリームサンド		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶	☆②ソフトフランス →手作り米粉パン		
9 23	木	①牛乳 ①ごはん ②なすの味噌汁 ③納豆炒め ④キャベツのさっぱり和え ⑤すいか	①牛乳 ☆②セサミスコーン		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②牛乳→豆乳 バター→油	☆②小麦粉→米粉		
10 24	金	①牛乳 ◆①ミルクパン ②ズッキーニのスープ ③かじきのバーベキューソース ④切干大根のサラダ ⑤デラウェア	①牛乳 ☆②そうめんチャンブルー		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ◆①ミルクパン→乳なしパン	◆①ミルクパン →手作り米粉パン ☆②そうめん→米粉めん		
25	土	①牛乳 ①ごはん ②玉ねぎとやしの味噌汁 ③豚肉とがんもの煮物 ④れんこんきんぴら ⑤バナナ	①牛乳 ☆②バームクーヘン	☆②バームクーヘン →卵乳なし手作り米粉パン	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②バームクーヘン→卵乳なし手作り米粉パン	☆②バームクーヘン →卵乳なし手作り米粉パン		
13 27	月	①牛乳 ①どうもろこしごはん ②大根の味噌汁 ③あじの蒲焼き ④いんげんのごま和え ⑤梨	①牛乳 ☆②チーズ蒸しパン(13日) ①牛乳 ☆②トマトチーズトースト(27日)	☆②卵→除去	午前・おやつ牛乳→豆乳 ☆②牛乳→豆乳 ピザ用チーズ→卵なしマヨネーズ 午前・おやつ牛乳→豆乳 ☆②ピザ用チーズ→卵なしマヨネーズ	☆②ホットケーキ粉 →米粉・ベーキングパウダー・三温糖 ☆②ソフトフランス →手作り米粉パン		
14 28	火	①牛乳 ①ごはん ②チンゲン菜の味噌汁 ◆③千草焼き ◆④小松菜とキャベツの磯和え ⑤バナナ	①牛乳 ☆②サモサ	◆③卵→コーン缶	午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶	☆②ぎょうざの皮 →手作り米粉の皮	◆④しらす→除去	
15 29	水	①牛乳 ◆①ジャージャー麺 ②高野豆腐とわかめのスープ ③かぼちゃサラダ ④ミニトマト ⑤すいか	①きなこおにぎり		午前の牛乳→豆乳または麦茶	◆①生中華めん→米粉めん		
16 31	木	①牛乳 ①ごはん ②冬瓜のすまし汁 ③ツナとじゃが芋の煮物 ④きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤メロン	①牛乳 ☆②バインケーキ		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ☆②バター→油 牛乳→豆乳	☆②小麦粉→米粉		
17	金	①牛乳 ◆①全粒粉パン ②モロヘイヤとトマトのスープ ◆③鶏肉のクリームソースがけ ④キャベツのサラダ ⑤オレンジ	①牛乳 ②りんごゼリー ③せんべい		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶 ◆③牛乳→豆乳 バター→油	◆①全粒粉パン →手作り米粉パン ◆③小麦粉→片栗粉		
30	木	①牛乳 ◆①ソース焼きそば ②モロヘイヤとトマトのスープ ③鶏のから揚げ ④中華きゅうり ⑤ゆでどうもろこし ⑥フルーツポンチ	①牛乳 ②りんごゼリー ③せんべい		午前・おやつ牛乳→豆乳または麦茶	◆①中華蒸しめん→米粉めん		