



平成 30 年 12 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	グレープフルーツ	えび・かに(しらす)	ナッツ	そば	魚卵・山芋
15	土	①牛乳 ① ごはん ② 玉ねぎとほうれん草のすまし汁 ③ 厚揚げと里芋の炒め煮 ④ チンゲン菜とわかめの和え物 ⑤オレンジ	①牛乳 ☆ ②ドーナツ	☆②ドーナツ→卵乳なし蒸しパン	午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶 ☆②ドーナツ→卵乳なし蒸しパン					
17	月	①牛乳 ① ごはん ② 豆腐の味噌汁 ③ コーンコロッケ ④ キャベツのサラダ ◆⑤グレープフルーツ	①牛乳 ☆ ②あんぱん	☆②ロールパン→卵乳なしパン	午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶 ☆②ロールパン→卵乳なしパン	◆⑤グレープフルーツ除去				
18	火	①牛乳 ① 麦入りごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ さばのおろしソースかけ ④ きんぴらごぼう ⑤りんご	①牛乳 ☆ ②カレー風味お好み焼き	☆②卵→除去	午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶					
19	水	①牛乳 ① ソフトフランスパン ② ポトフ ③ 鶏肉のトマト煮 ◆④シーザーサラダ ⑤みかん	①牛乳 ② スープパスタ		午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶 ◆④粉チーズ→除去					
20	木	①牛乳 ◆①親子丼 ② なめこの味噌汁 ③ 白菜と小松菜のおひたし ④ オレンジ	①牛乳 ② 芋ようかん	◆①卵→コーン缶	午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶					
7	金	①牛乳 ① 味噌ラーメン ② 豆腐と青菜のチャンプルー ③ かぶとゆずの甘酢漬 ⑤ パナナ	① 鶏ごぼうごはん		午前の牛乳→豆乳または麦茶					
21	金	①牛乳 ① わかめごはん ② コーンスープ ③ ミートローフ ④ コールスローサラダ ⑤フルーツポンチ	① オレンジジュース ② 人参ケーキ		午前の牛乳→豆乳または麦茶					
22	土	①牛乳 ① ごはん ② なすと油揚げの味噌汁 ③ 豚肉とれんこんの炒め煮 ④ スティックきゅうり ⑤みかん	①牛乳 ☆ ②カップケーキ	☆②カップケーキ→卵乳なし蒸しパン	午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶 ☆②カップケーキ→卵乳なし蒸しパン					
10	月	①牛乳 ① ごはん ② 白菜の味噌汁 ③ ぶりのねぎ塩焼き ④ ひじきと里芋の煮物 ⑤りんご	① いなり寿司		午前の牛乳→豆乳または麦茶					
11	火	①牛乳 ① カレーライス ② 大豆のサラダ ③ ミートマト ◆④グレープフルーツ	①牛乳 ② 肉まんじゅう		午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶	◆④グレープフルーツ除去				
12	水	①牛乳 ◆①ミルクパン ② 野菜スープ ◆③マカロニグラタン ④ 大根サラダ(12日) ブロッコリーサラダ(26日) ⑤オレンジ	①牛乳 ② かぼちゃもち		午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶 ◆①ミルクパン→卵乳なしパン ◆③バター→油 牛乳→豆乳 ピザ用チーズ→卵なしマヨネーズ					
13	木	①牛乳 ① ごはん ◆②にら玉スープ ③ 厚揚げの酢豚風 ④ もやしとキャベツのナムル ⑤みかん	①牛乳 ☆ ②セサミスコーン	◆②卵→コーン缶	午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶 ☆②バター→油 牛乳→豆乳 脱脂粉乳→除去					
27	木	①牛乳 ① 炊き込みおこわ ② もち入り豚汁 ③ もやしとキャベツのナムル ④ みかん	①牛乳 ☆ ②セサミスコーン		午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶 ☆②バター→油 牛乳→豆乳 脱脂粉乳→除去					
14	金	①牛乳 ① 五目うどん ◆②しらす入り卵焼き ③ 粉ふき芋 ④ パナナ	①牛乳 ② シュガーラスク	◆②卵→かぼちゃ	午前・おやつ の牛乳→豆乳または麦茶					