

日 付	時期	献立	乳	小麦	卵	ナッツ類・ピーナッツ そば
02月	昼食	① 寒入りごはん ② わかめとコンソメのスープ ③ こいのぼりバーグ ④ 炊き出しサラダ ⑤ オレンジ			パン・卵→除去	
	夕食	① 牛乳 ② 揚げパン	牛乳→豆乳または麦茶		丸パン→米粉パン	
04月	昼食	① カレーライス ② 大根としらすのサラダ ③ スティックチーズマフィン ④ オレンジ		スティックチーズマフィン		
	夕食	① フルー♪牛乳かん ② クラッカー	牛乳→豆乳		クラッカー→せんべい	
07月	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ さつま芋のコロコロサラダ				
	夕食	① 牛乳 ② かぼちゃスムージー	牛乳→豆乳または麦茶		かぼちゃスムージー→米粉パンのジャムサンド	
09月	昼食	① ごはん ② 白飯のカレースープ ③ 鶏のパン粉焼き ④ はちまきとエリンギのソテー ⑤ ジューシーオレンジ			パン・卵→除去	
	夕食	① 牛乳 ② ココア押しパン	牛乳→豆乳または麦茶		小麦粉→米粉	
10月	昼食	① タンメン ② じゃが芋と鶏肉のバター醤油焼 ③ ポイルまんどう ④ パナナ			バター→除去 焼きそばめん→さびめん	
	夕食	① 牛乳 ② じゃことチーズのおやき風	牛乳→豆乳または麦茶 じゃが芋→除去		小麦粉→米粉	
11月	昼食	① 寒入りごはん ② かのすまし汁 ③ 松風焼き ④ キャベツとれんこんのサラダ ⑤ グレープフルーツ			パン・卵→除去	
	夕食	① 牛乳 ② 赤豆もち ③ まら豆の揚げで	牛乳→豆乳または麦茶 バター→除去			
12月	昼食	① おかひかりかけごはん ② チンゲン菜の味噌汁 ③ ぶりのお煮 ④ いんげんの白和え ⑤ パナナ				
	夕食	① 牛乳 ② ツナの和風ペネ	牛乳→豆乳または麦茶		パン・卵→さびめん	
13月	昼食	① 寒入りごはん ② 鶏汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ ひききのごま味噌サラダ ⑤ オレンジ				
	夕食	① 牛乳 ② パンブレンザンド	牛乳→豆乳または麦茶		丸パン→米粉パン	
14月	昼食	① ごはん ② 豆餡のすまし汁 ③ 白飯納豆 ④ 中華風きゅうり				
	夕食	① 牛乳 ② お麩ラスク ③ さつま芋マッシュ	牛乳→豆乳または麦茶		お麩ラスク→せんべい	
16月	昼食	① 寒入りごはん ② 鶏肝豆腐の味噌汁 ③ カレイの野菜あんかけ ④ 鶏肉和え ⑤ ジューシーオレンジ			小麦粉→除去	
	夕食	① 牛乳 ② ひききブレッド	牛乳→豆乳または麦茶		小麦粉→米粉	
17月	昼食	① ごはん ② はちまきとベーコンのスープ ③ ポーグロッキー ④ ポイルプロッキー ⑤ パナナ				
	夕食	① 鶏肉うどん			うどん→さびめん	

※午前おやつ：牛乳 → 豆乳または麦茶

日 付	時期	献立	乳	小麦	卵	ナッツ類・ピーナッツ そば
19月	昼食	① 寒入りごはん ② わかめとコンソメのスープ ③ 鶏肉のマレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ ⑤ パナナ				
	夕食	① 牛乳 ② 揚げパン	牛乳→豆乳または麦茶		丸パン→米粉パン	
20月	昼食	① カレーライス ② 大根としらすのサラダ ③ スティックチーズマフィン ④ オレンジ		スティックチーズマフィン		
	夕食	① フルー♪牛乳かん ② クラッカー	牛乳→豆乳		クラッカー→せんべい	
21月	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ さつま芋のコロコロサラダ				
	夕食	① 牛乳 ② かぼちゃスムージー	牛乳→豆乳または麦茶		かぼちゃスムージー→米粉パンのジャムサンド	
22月	昼食	① ごはん ② 白飯のカレースープ ③ 鶏のパン粉焼き ④ はちまきとエリンギのソテー ⑤ ジューシーオレンジ			パン・卵→除去	
	夕食	① 牛乳 ② ココア押しパン	牛乳→豆乳または麦茶		小麦粉→米粉	
24月	昼食	① タンメン ② じゃが芋と鶏肉のバター醤油焼 ③ ポイルまんどう ④ パナナ			バター→除去 焼きそばめん→さびめん	
	夕食	① 牛乳 ② じゃことチーズのおやき風	牛乳→豆乳または麦茶 じゃが芋→除去		小麦粉→米粉	
26月	昼食	① 寒入りごはん ② かのすまし汁 ③ 松風焼き ④ キャベツとれんこんのサラダ ⑤ グレープフルーツ			パン・卵→除去	
	夕食	① 牛乳 ② 赤豆もち ③ まら豆の揚げで	牛乳→豆乳または麦茶 バター→除去			
30月	昼食	① おかひかりかけごはん ② チンゲン菜の味噌汁 ③ ぶりのお煮 ④ いんげんの白和え ⑤ パナナ				
	夕食	① 牛乳 ② ツナの和風ペネ	牛乳→豆乳または麦茶		パン・卵→さびめん	
27月	昼食	① 寒入りごはん ② 鶏汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ ひききのごま味噌サラダ ⑤ オレンジ				
	夕食	① 牛乳 ② パンブレンザンド	牛乳→豆乳または麦茶		丸パン→米粉パン	
28月	昼食	① ごはん ② 豆餡のすまし汁 ③ 白飯納豆 ④ 中華風きゅうり				
	夕食	① 牛乳 ② お麩ラスク ③ さつま芋マッシュ	牛乳→豆乳または麦茶		お麩ラスク→せんべい	
29月	昼食	① 寒入りごはん ② 鶏肝豆腐の味噌汁 ③ カレイの野菜あんかけ ④ 鶏肉和え ⑤ ジューシーオレンジ			小麦粉→除去	
	夕食	① 牛乳 ② ひききブレッド	牛乳→豆乳または麦茶		小麦粉→米粉	
31月	昼食	① ごはん ② はちまきとベーコンのスープ ③ ポーグロッキー ④ ポイルプロッキー ⑤ パナナ				
	夕食	① 鶏肉うどん			うどん→さびめん	

※午前おやつ：牛乳 → 豆乳または麦茶