

日付	朝食	アレルギー							昼食	アレルギー							夕食	アレルギー									
		小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび		かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま		えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに
1 9 17 25 日	ごはん、おかゆ								ためきうどん									ごはん、ゆかりごはん									
	パン	●	●	●					牛丼	●	●							グリルハンバーグ	●	●	●						
	コーンフレーク			●					カレーライス	●	●	●						マカロニ&チーズフライ	●	●	●						
	ジャム、マーガリン								魚のフライ	●	●	●						スパゲティーベベロンチーノ	●	●	●						
	納豆、味付のり、ふりかけ	●	●	●			●	●	カニカマ天ぷら	●	●	●				●		フライドポテト									
	卵焼きロール	●	●	●					オクラの胡麻和え	●	●	●			●			かに棒と三陸の幸サラダ	●	●	●					●	
	さんまの甘露煮	●	●	●					生野菜二種類	●	●	●			●			クリームシチュー	●	●	●						
	切り干し大根の煮物	●	●	●					ドレッシング	●	●	●		●	●			生野菜二種類	●	●	●						
	マカロニサラダ	●	●	●					マヨネーズ	●	●	●						フルーツ									
	生野菜二種類	●	●	●					汁物	●	●	●						味噌汁	●	●	●				●		
2 10 18 26 日	ごはん、おかゆ								なめこそば	●	●		●				ごはん、わかめごはん										
	パン	●	●	●					油麩井	●	●	●					鶏肉の天ぷら	●	●	●							
	コーンフレーク			●					カレーライス	●	●	●					春巻	●	●	●				●			
	ジャム、マーガリン								鶏肉の南部焼	●	●	●				●		ビーフン炒め	●	●	●				●		
	納豆、味付のり、ふりかけ	●	●	●			●	●	湯豆腐	●	●	●						フライドポテト									
	ミートオムレツ	●	●	●					かぼちやの天ぷら	●	●	●						豆腐サラダ	●	●	●						
	野菜コロッケ	●	●	●					生野菜二種類	●	●	●						きのこのマリネ	●	●	●				●		
	ひじきの煮物	●	●	●					ドレッシング	●	●	●		●	●			生野菜二種類	●	●	●						
	笹かまの大根おろし和え	●	●	●					マヨネーズ	●	●	●						フルーツ									
	生野菜二種類	●	●	●					フルーツ	●	●	●						味噌汁	●	●	●				●		
3 11 19 27 日	ごはん、おかゆ								わかめラーメン	●	●				●		ごはん、かおりごはん										
	パン	●	●	●					チキンかつ丼	●	●	●					豚の野菜焼肉	●	●	●				●			
	コーンフレーク			●					カレーライス	●	●	●					シュウマイ	●	●	●				●	●		
	ジャム、マーガリン								揚げかたしゅうマイ	●	●	●				●		中華風かいたま	●	●	●				●	●	
	納豆、味付のり、ふりかけ	●	●	●			●	●	焼き魚	●	●	●						フライドポテト									
	スクランブルエッグ	●	●	●					白きくらげの中華サラダ	●	●	●			●		春雨中華サラダ	●	●	●				●			
	ポイルウインナー	●	●	●					生野菜二種類	●	●	●						れんこんのきんぴら	●	●	●				●		
	がんもの煮物	●	●	●			●	●	ドレッシング	●	●	●		●	●			生野菜二種類	●	●	●						
	野菜炒め	●	●	●					マヨネーズ	●	●	●						フルーツ									
	生野菜二種類	●	●	●					フルーツ	●	●	●						味噌汁	●	●	●				●		
4 12 20 28 日	ごはん、おかゆ								山菜うどん	●	●						ごはん、ピラフ	●	●	●						●	
	パン	●	●	●					ソースかつ丼	●	●	●					チキンハーフ焼き	●	●	●				●			
	コーンフレーク			●					カレーライス	●	●	●					カレーコロッケ	●	●	●							
	ジャム、マーガリン								さかなの竜田揚げ	●	●	●					海の幸トマトソースパスタ	●	●	●					●		
	納豆、味付のり、ふりかけ	●	●	●			●	●	竹輪のピリ辛炒め	●	●	●			●		フライドポテト										
	チーズオムレツ	●	●	●					高野豆腐の煮物	●	●	●					青菜のおひたし	●	●	●							
	わかさぎフリッター	●	●	●					生野菜	●	●	●					オクラのピーナッツ和え	●	●	●				●			
	切昆布の煮物	●	●	●					ドレッシング	●	●	●		●	●			生野菜二種類	●	●	●						
	こんにやくと梅肉のしそかつお	●	●	●					マヨネーズ	●	●	●						フルーツ									
	生野菜二種類	●	●	●					フルーツ	●	●	●						味噌汁	●	●	●				●		