

| 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<br>9<br>17<br>25<br>日<br>A  | ごはん、おかゆ        |       |   |   |    |     |    |        | いか天うどん         |       |    |   |   |    |     |                 |                  | ごはん、あかりご飯        |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | パン             | ●     | ● | ● |    |     |    |        | 牛 丼            | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 |                  | 大きな豚串カツ          | ●  | ●  | ● |   |    |     |    |    |    |
|                               | コーンフレーク        |       |   | ● |    |     |    |        | カレーライス         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 |                  | カニシューマイ          | ●  | ●  | ● |   |    |     |    | ●  |    |
|                               | ジャム、マーガリン      |       |   | ● |    |     |    |        | ねぎとしょうがのさつま揚げ  |       | ●  | ● |   |    |     |                 |                  | 焼きそば             | ●  | ●  | ● |   |    |     |    |    |    |
|                               | 納豆、味付のり、ふりかけ   | ●     | ● | ● |    |     | ●  | ●      | 青菜と油揚げの煮びたし    | ●     |    |   |   |    |     |                 |                  | フライドポテト          | ●  |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 野菜オムレツ         | ●     | ● | ● |    |     |    |        | 絹さやのしょうが和え     | ●     |    |   |   |    |     |                 |                  | もやしとツナのサラダ       | ●  |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ポイルウインナー       |       |   |   |    |     |    |        |                |       |    |   |   |    |     |                 |                  | キャベツとブロッコリーのごま和え |    |    |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | カレーコロッケ        | ●     |   |   |    |     |    |        | 生野菜            |       |    |   |   |    |     |                 |                  | 生野菜              |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 笹かまとブロッコリーのサラダ | ●     | ● |   |    |     |    |        | 汁物             | ●     |    | ● |   |    |     |                 |                  | フルーツ             |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 生野菜            |       |   |   |    |     |    |        | フルーツ           |       |    |   |   |    |     |                 |                  | 味噌汁              | ●  |    |   |   |    |     |    |    |    |
| ドレッシング                        | ●              | ●     | ● |   |    |     |    | 漬物     | ●              |       |    |   |   |    | ●   |                 | とろろ昆布とはんぺんのお吸い物  | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
| 味噌汁                           | ●              |       |   |   |    |     |    |        |                |       |    |   |   |    |     |                 | 漬物               | ●                |    |    |   |   |    | ●   |    |    |    |
| スープ                           | ●              |       | ● |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     |                 | ドレッシング           | ●                | ●  | ●  |   |   |    | ●   |    |    |    |
| 2<br>10<br>18<br>26<br>日<br>B | ごはん、おかゆ        |       |   |   |    |     |    |        | みそラーメン         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | ごはん、ドライカレー       | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | パン             | ●     | ● | ● |    |     |    |        | チャーハン          | ●     | ●  | ● |   |    | ●   |                 | チーズインハンバーグデミソース  | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | コーンフレーク        |       |   | ● |    |     |    |        | カレーライス         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | 蔵王ミルククリームコロッケ    | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ジャム、マーガリン      |       |   | ● |    |     |    |        | 三角春巻き          | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | キャベツとツナの塩昆布パスタ   | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 納豆、味付のり、ふりかけ   | ●     | ● | ● |    |     | ●  | ●      | ピリ辛こんにやく       | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | フライドポテト          | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | スクランブルエッグ      | ●     | ● | ● |    |     |    |        | ザーサイ           | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | 豆とちりめんおろしポン酢和え   | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ポイルウインナー       |       |   |   |    |     |    |        |                |       |    |   |   |    | ●   |                 | オクラと長いものめかぶ和え    | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 焼魚             |       |   |   |    |     |    |        | 生野菜            |       |    |   |   |    |     |                 | 生野菜              |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | マカロニサラダ        | ●     | ● |   |    |     |    |        | フルーツ           |       |    |   |   |    |     |                 | フルーツ             |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 生野菜            |       |   |   |    |     |    |        | 汁物             | ●     |    | ● |   |    |     |                 | 味噌汁              | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
| ドレッシング                        | ●              | ●     | ● |   |    | ●   |    | 漬物     | ●              |       |    |   |   | ●  |     | ビーフコンソメスープ      | ●                |                  | ●  |    |   |   |    |     |    |    |    |
| 味噌汁                           | ●              |       |   |   |    |     |    |        |                |       |    |   |   |    |     | 漬物              | ●                |                  |    |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| スープ                           | ●              |       | ● |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     | ドレッシング          | ●                | ●                | ●  |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| 3<br>11<br>19<br>27<br>日<br>C | ごはん、おかゆ        |       |   |   |    |     |    |        | たぬきそば          | ●     | ●  | ● | ● |    |     |                 | ごはん、炊き込みチャーハン    | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | パン             | ●     | ● | ● |    |     |    |        | ちらしずし          | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | 鶏のから揚げ           | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | コーンフレーク        |       |   | ● |    |     |    |        | カレーライス         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | ジャンボ肉シュウマイ       | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | ジャム、マーガリン      |       |   | ● |    |     |    |        | 豚肉野菜巻きフライ      | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | 海鮮ビーフン炒め         | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | 納豆、味付のり、ふりかけ   | ●     | ● | ● |    |     | ●  | ●      | 山菜の煮物          | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | フライドポテト          | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ネギ入り玉子焼き       | ●     | ● | ● |    |     |    |        | ブロッコリーのピーナッツ和え |       |    |   |   | ●  |     |                 | 山クラゲの梅肉和え        | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ポイルウインナー       |       |   |   |    |     |    |        | 生野菜            |       |    |   |   |    |     |                 | 中華サラダ            | ●                | ●  |    |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | 野菜コロッケ         | ●     |   |   |    |     |    |        | フルーツ           |       |    |   |   |    |     |                 | 生野菜              |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 切り昆布の煮物        | ●     |   |   |    |     |    |        | 汁物             | ●     |    | ● |   |    |     |                 | フルーツ             |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 生野菜            |       |   |   |    |     |    |        | 漬物             | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | 味噌汁              | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
| ドレッシング                        | ●              | ●     | ● |   |    | ●   |    |        |                |       |    |   |   |    |     | わかめスープ          | ●                |                  | ●  |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| 味噌汁                           | ●              |       |   |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     | 漬物              | ●                |                  |    |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| スープ                           | ●              |       | ● |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     | ドレッシング          | ●                | ●                | ●  |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| 4<br>12<br>20<br>28<br>日<br>D | ごはん、おかゆ        |       |   |   |    |     |    |        | ミートソーススパゲティ    | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | ごはん、ゆかりご飯        | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | パン             | ●     | ● | ● |    |     |    |        | チキンライス         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | 肉団子のあんかけ         | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | コーンフレーク        |       |   | ● |    |     |    |        | カレーライス         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | あじの大葉フライ         | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ジャム、マーガリン      |       |   | ● |    |     |    |        | さつまいもコロッケ      | ●     | ●  | ● |   |    | ●   |                 | 和風スパゲティ          | ●                |    |    | ● |   |    |     |    |    |    |
|                               | 納豆、味付のり、ふりかけ   | ●     | ● | ● |    |     | ●  | ●      | シーザーサラダ        | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | フライドポテト          | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 玉子ロール          | ●     | ● | ● |    |     |    |        | れんこんサラダ        | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | オクラのピーナッツ和え      | ●                |    |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
|                               | ポイルウインナー       |       |   |   |    |     |    |        | 生野菜            |       |    |   |   |    |     |                 | 玉ねぎとわかめの鰹節サラダ    | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 切り干し大根の煮物      | ●     |   |   |    |     | ●  |        | フルーツ           |       |    |   |   |    |     |                 | 生野菜              |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | スパゲティサラダ       | ●     | ● |   |    |     |    |        | 汁物             | ●     |    | ● |   |    |     |                 | フルーツ             |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 生野菜            |       |   |   |    |     |    |        | 漬物             | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | 味噌汁              | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
| ドレッシング                        | ●              | ●     | ● |   |    | ●   |    |        |                |       |    |   |   |    |     | あさりのうしお汁        | ●                |                  |    |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| 味噌汁                           | ●              |       |   |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     | 漬物              | ●                |                  |    |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| スープ                           | ●              |       | ● |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     | ドレッシング          | ●                | ●                | ●  |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| 5<br>13<br>21<br>29<br>日<br>A | ごはん、おかゆ        |       |   |   |    |     |    |        | とろろそば          | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | ごはん、あかりご飯        | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | パン             | ●     | ● | ● |    |     |    |        | 親子丼            | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | 大きな豚串カツ          | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | コーンフレーク        |       |   | ● |    |     |    |        | カレーライス         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | カニシューマイ          | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | ジャム、マーガリン      |       |   | ● |    |     |    |        | キャベツメンチカツ      | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | 焼きそば             | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 納豆、味付のり、ふりかけ   | ●     | ● | ● |    |     | ●  | ●      | 小松菜と油揚げの煮浸し    | ●     |    |   |   |    |     |                 | フライドポテト          | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 野菜オムレツ         | ●     | ● | ● |    |     |    |        | さつまいもとレーズンのサラダ | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | もやしとツナのサラダ       | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ポイルウインナー       |       |   |   |    |     |    |        | 生野菜            |       |    |   |   |    |     |                 | キャベツとブロッコリーのごま和え |                  |    |    |   |   |    | ●   |    |    |    |
|                               | カレーコロッケ        | ●     |   |   |    |     |    |        | フルーツ           |       |    |   |   |    |     |                 | 生野菜              |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 笹かまとブロッコリーのサラダ | ●     | ● |   |    |     |    |        | 汁物             | ●     |    | ● |   |    |     |                 | フルーツ             |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 生野菜            |       |   |   |    |     |    |        | 漬物             | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | 味噌汁              | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
| ドレッシング                        | ●              | ●     | ● |   |    | ●   |    |        |                |       |    |   |   |    |     | とろろ昆布とはんぺんのお吸い物 | ●                |                  |    |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| 味噌汁                           | ●              |       |   |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     | 漬物              | ●                |                  |    |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| スープ                           | ●              |       | ● |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     | ドレッシング          | ●                | ●                | ●  |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| 6<br>14<br>22<br>30<br>日<br>B | ごはん、おかゆ        |       |   |   |    |     |    |        | 揚げ玉ラーメン        | ●     | ●  | ● |   |    | ●   |                 | ごはん、ドライカレー       | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | パン             | ●     | ● | ● |    |     |    |        | ソースカツ丼         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | チーズインハンバーグデミソース  | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | コーンフレーク        |       |   | ● |    |     |    |        | カレーライス         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | 蔵王ミルククリームコロッケ    | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ジャム、マーガリン      |       |   | ● |    |     |    |        | 揚げ餃子           | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | キャベツとツナの塩昆布パスタ   | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 納豆、味付のり、ふりかけ   | ●     | ● | ● |    |     | ●  | ●      | ぜんまいのナムル       | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | フライドポテト          | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | スクランブルエッグ      | ●     | ● | ● |    |     |    |        | いんげんゆかり和え      | ●     |    |   |   |    |     |                 | 豆とちりめんおろしポン酢和え   | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ポイルウインナー       |       |   |   |    |     |    |        | 生野菜            |       |    |   |   |    |     |                 | オクラと長いものめかぶ和え    | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 焼魚             |       |   |   |    |     |    |        | フルーツ           |       |    |   |   |    |     |                 | 生野菜              |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | マカロニサラダ        | ●     | ● |   |    |     |    |        | 汁物             | ●     |    | ● |   |    |     |                 | フルーツ             |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | 生野菜            |       |   |   |    |     |    |        | 漬物             | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | 味噌汁              | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
| ドレッシング                        | ●              | ●     | ● |   |    | ●   |    |        |                |       |    |   |   |    |     | ビーフコンソメスープ      | ●                |                  | ●  |    |   |   |    |     |    |    |    |
| 味噌汁                           | ●              |       |   |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     | 漬物              | ●                |                  |    |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| スープ                           | ●              |       | ● |   |    |     |    | ドレッシング | ●              | ●     | ●  |   |   |    |     | ドレッシング          | ●                | ●                | ●  |    |   |   | ●  |     |    |    |    |
| 7<br>15<br>23<br>31<br>日<br>C | ごはん、おかゆ        |       |   |   |    |     |    |        | きつねうどん         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | ごはん、炊き込みチャーハン    | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | パン             | ●     | ● | ● |    |     |    |        | 豚 丼            | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | 鶏のから揚げ           | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | コーンフレーク        |       |   | ● |    |     |    |        | カレーライス         | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | ジャンボ肉シュウマイ       | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | ジャム、マーガリン      |       |   | ● |    |     |    |        | のり塩チキンスティック揚げ  | ●     | ●  | ● |   |    |     |                 | 海鮮ビーフン炒め         | ●                | ●  | ●  |   |   |    |     | ●  |    |    |
|                               | 納豆、味付のり、ふりかけ   | ●     | ● | ● |    |     | ●  | ●      | きんぴらごぼろ        | ●     |    |   |   |    | ●   |                 | フライドポテト          | ●                |    |    |   |   |    |     |    |    |    |
|                               | ネギ入り玉子焼き       | ●     | ● | ● |    |     |    |        | 菜の花の辛し和え       | ●     |    |   |   |    |     |                 |                  |                  |    |    |   |   |    |     |    |    |    |