

10～12月アレルギーの原因となる物質

※黒丸のついているアレルギー物質が含まれております。

| | Aメニュー | | | | | | | | | メニュー名 | Bメニュー | | | | | | | | | メニュー名 | Cメニュー | | | | | | | | | メニュー名 | Dメニュー | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|--------------|---|---|----|----|----|-----|-------|-----------------|---------|-------|----|----|----|------|----------------|--------|-----------|-------------------|-------|-------|----------|------------|-----|------------|-----|----------|-----------|----|-------|-------|-----|---|----|----|----|-----|-----|--|--|--|--|--|--|--|
| | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | | | | | | |
| 朝食 | ごはん | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | |
| | 味噌汁 | ● | | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | マスタードチキン | | ● | | | | | | | さばの香草焼き | ● | ● | | | | | | | スクランブルエッグ&チキンオムレツ | ● | ● | ● | | | | | | ポロニアハムソテー | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 菜の花とかにかまのお浸し | ● | ● | ● | ● | ● | | | | 厚焼玉子 | ● | ● | | | | | | ひじきと豆のサラダ | ● | ● | | | | | | | 5品目の胡麻和え | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ふりかけ | | ● | ● | | | | | | 味付け海苔 | | | ● | | | | | うめびしお | | | | | | | | | ふりかけ | | ● | ● | | | | | | | | | | | | | | | |
| ヨーグルト | | | ● | | | | | | 牛乳 | | | ● | | | | | ヨーグルト | | | ● | | | | | 牛乳 | | | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | ごはん | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 味噌汁 | ● | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 豚肉の生姜焼き | ● | | | | | | | ハムカツ&肉巻きフライ | ● | ● | ● | | | | | 豚肉の旨辛煮 | ● | | | | | | | 鶏唐揚げのおろしだれ | ● | ● | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | コーンマカロニサラダ | ● | ● | ● | | | | | チンゲン菜のツナマヨ和え | | ● | | | | | 菜の花とやしひのピーナツ和え | ● | | | | ● | | スパゲティサラダ | ● | ● | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| フルーツ | | | | | | | | フルーツ | | | | | | | フルーツ | | | | | | | フルーツ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | | | | | | | | | | | | |
| 夕食 | ごはん | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 味噌汁 | ● | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 鶏肉のバーベキュー炒め | ● | | | | | | | ハンバーグマトガールソース | ● | ● | ● | | | | 牛肉のポン酢炒め | ● | | | | | | さばのカレームニエル | ● | | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ブロッコリーのツナマリネ | ● | | | | | | | スナップエンドウのピーナツ和え | ● | | | | ● | | 金平ごぼう | ● | | | | | | 五目煮豆 | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 小松菜とれんこんのお浸し | ● | | | | | | | 切干大根と高野豆腐の煮物 | ● | | ● | ● | | | 小松菜とえのきの和え物 | ● | | | ● | ● | | ほうれん草の和え物 | ● | | | ● | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| プリン | | | ● | | | | | 米粉ドッグ | | ● | | | | | エクレア | ● | ● | ● | | | | クリームコンフェ | ● | ● | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | メニュー名 | Eメニュー | | | | | | | | メニュー名 | Fメニュー | | | | | | | | メニュー名 | Gメニュー | | | | | | | | メニュー名 | Hメニュー | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|--------------|-------|---|----|----|----|-----|----------|-----------------|-----------------|-------|----|----|----|-----|--------|---------------|-----------------|----------|-------|-----------|----|-----|-----|--------|---------------|-----|--------|------------|----|--------|-----|----|-----|-----------|-----|----|----|-----|-----|--|--|--|--|
| | | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | | | | | | | |
| 朝食 | ごはん | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | | |
| | 味噌汁 | ● | | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | |
| | ハムソーサー&ウインナー | | ● | ● | | | | | | 若鶏の照り焼き | ● | | | | | | | | | | 肉団子の甘酢あん | ● | ● | ● | | | | | | | | | | | 豚肉の香草焼き | ● | | ● | | | | | | |
| | ひじきのサラダ | ● | ● | | | | | | | ブロッコリーとベーコンのソテー | | ● | ● | | | | | | | | ほうれん草のナムル | ● | | | | | | | | | | | | | いんげんのごま和え | ● | | ● | | | | | | |
| | 味付け海苔 | | | | ● | | | | | うめびしお | | | | | | | | | | | ふりかけ | | ● | ● | | | | | | | | | | | 味付け海苔 | | | | ● | | | | | |
| ヨーグルト | | | ● | | | | | | 牛乳 | | | ● | | | | | | | ヨーグルト | | | ● | | | | | | | | | | 牛乳 | | | ● | | | | | | | | | |
| | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | | | |
| 昼食 | ごはん | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | | | | 鶏ごぼうご飯 | ● | | | | | | | | | | | | |
| | 味噌汁 | ● | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | | | きつねうどん | ● | | | ● | ● | | | | | | | | |
| | 白身魚のマヨ焼き | ● | ● | | ● | ● | | | カツカツ&ササミチーズカツ | ● | | ● | | | | | | | 鶏ももの味噌焼き | ● | | | | | ● | | | | | | 野菜コロッケ | ● | | ● | | | | | | | | | | |
| | 小松菜のナムル | ● | | | | | | | ほうれん草と竹輪の味噌マヨ和え | ● | ● | | | | | | | 厚揚げと小松菜の和風炒め | ● | | | ● | ● | | | | | | 菜の花の和え物 | ● | | | | | | | | | | | | | | |
| | フルーツ | | | | | | | | フルーツ | | | | | | | | | フルーツ | | | | | | | | | | | フルーツ | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | 小麦 | 卵 | 乳 | えび | かに | そば | 落花生 | クルミ | | | | | | | | | | | | |
| 夕食 | ごはん | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | | | ごはん | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 味噌汁 | ● | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | 味噌汁 | ● | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 豚キムチ炒め | ● | | | ● | ● | | | 牛ブルコギ炒め | ● | | | | | | | | 豚肉じゃが | ● | | | | | | | | | | 鶏肉のバター醤油炒め | ● | | ● | ● | ● | | | | | | | | | | |
| | 菱わかめの中華和え | ● | | | | | | | さつま芋のハニーマスタード和え | | | | | | | | | 白濁ときのこのバター醤油ソテー | | | ● | | | | | | | がんもの煮物 | ● | | | ● | ● | | | | | | | | | | | |
| | チンゲン菜と竹輪の和え物 | ● | | | ● | ● | | | 菜の花のお浸し | ● | | | | | | | ほうれん草と油揚げの和え物 | ● | | | | | | | | 小松菜と人参のピーナツ和え | ● | | | | | | ● | | | | | | | | | | | |
| みかんゼリー | | | | | | | | ピーチフルーチェ | | | ● | | | | | ぶどうゼリー | | | | | | | | | りんごゼリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |