

朝食		昼食		夕食	
1月26日	(月)	1月26日	(月)	1月26日	(月)
献立・材料	アレルギー	献立・材料	アレルギー	献立・材料	アレルギー
ごはん		ごはん		ごはん	
あきたこまち	なし	あきたこまち	なし	あきたこまち	なし
マーガリン入りロールパン		鮭のちゃんちゃん焼き		鶏天	
マーガリン入りロールパン	小麦・卵・乳・大豆	骨無し秋鮭切身	なし	鶏もも	なし
		白みそ	大豆	薄口しょうゆ	小麦・大豆
メンチカツ		みりん風調味料	小麦	生姜	なし
メンチカツ	小麦・乳・牛エキス・豚エキス	無塩バター	乳	鶏卵	卵
	大豆	キヤベツ	なし	薄力粉	小麦
キャベツ	なし	玉葱	なし	鰯だしの素	乳
		人参	なし	キャベツ	なし
牛乳		にら	なし	ぽん酢	小麦・大豆
牛乳・コーヒー牛乳	乳	万能ねぎ	なし		
		鰯だしの素	乳	茄子の味噌炒め	
ヨーグルト				ナス	なし
プレーンヨーグルト	乳	塩やきそば		ゴマ油	なし
		焼きそば用蒸し麺	小麦・大豆	赤みそ	大豆
大根と油揚げの味噌汁		キヤベツ	なし	唐辛子	なし
合わせ味噌	大豆	人参	なし	万能ねぎ	なし
鰯だしの素	乳	豚バラスライス	豚エキス	鰯だしの素	乳
刻み油揚げ	大豆	玉葱	なし		
大根	なし	塩いためソース	小麦・大豆・豚エキス	柚子しめじ	
万能ねぎ	なし	中華顆粒	牛エキス・豚エキス	小松菜	なし
				ぶなしめじ	なし
		ワインナースクランブルエッグ		鰯だしの素	乳
		あらびきポークワインナー	小麦・卵・乳・牛エキス	薄口しょうゆ	小麦・大豆
			豚エキス・大豆	みりん風調味料	小麦
		ふわふわエッグ	卵・乳・豚エキス・大豆	刻みユズ	なし
		味噌けんちん汁		ジンジャースープ	
		大根	なし	わかめ	なし
		人参	なし	しょうが	なし
		ゴボウ	なし	中華ガラだしの素	豚エキス・大豆・ゼラチン
		鶏ムネ	なし	薄口しょうゆ	小麦・大豆
		こんにゃく	なし	中華顆粒	牛エキス・豚エキス
		里芋	なし		
		刻み油揚げ	大豆		
		鰯だしの素	乳		
		ゴマ油	なし		
		白みそ	大豆		
		万能ねぎ	なし		

朝食		昼食		夕食	
1月29日	(木)	1月29日	(木)	1月29日	(木)
献立・材料	アレルギー	献立・材料	アレルギー	献立・材料	アレルギー
ごはん		ごはん		ごはん	
あきたこまち	なし	あきたこまち	なし	あきたこまち	なし
食パン		豚の甘酢		鶏のから揚げ	
食パン	小麦・卵・乳	豚肩スライス	豚エキス	鶏もも	なし
		生姜	なし	チキンコンソメ	小麦・乳・大豆
肉かぼちゃ		にんにく	なし	薄口しょうゆ	小麦・大豆
かぼちゃ	なし	鶏卵	卵	生姜	なし
豚肩スライス	豚エキス	片栗粉	なし	にんにく	なし
鰹だしの素	乳	薄力粉	小麦	鶏卵	卵
濃口しょうゆ	小麦・大豆	トマトケチャップ	なし	片栗粉	なし
		ミツカン酢	小麦	キャベツ	なし
納豆きみとろ玉子		濃口しょうゆ	小麦・大豆		
納豆	大豆	ゴマ油	なし	炒り豆腐	
きみとろ玉子	卵	キャベツ	なし	木綿豆腐	大豆
				鶏卵	卵
牛乳		大根とこんにゃくのピリ辛煮		ゴマ油	なし
牛乳・コーヒー牛乳	乳	大根	なし	鰹だしの素	乳
		こんにゃく	なし	薄口しょうゆ	小麦・大豆
とろろ昆布の味噌汁		ゴマ油	なし	みりん風調味料	小麦
とろろ昆布	なし	唐辛子	なし	人参	なし
合わせ味噌	大豆	鰹だしの素	乳	しいたけ	なし
鰹だしの素	乳	おいかつお うまつけ	小麦・大豆	きくらげ	なし
刻み油揚げ	大豆			玉葱	なし
		野沢菜しらす和え		片栗粉	なし
		刻み野沢菜	小麦・かに・大豆	絹サヤ	なし
		白すだし	えび・かに		
				和風スパサラダ	
		南瓜の味噌汁		スパゲティー	小麦
		合わせ味噌	大豆	キュウリ	なし
		鰹だしの素	乳	玉葱	なし
		南瓜	なし	ミックスベジタブル	なし
		刻み油揚げ	大豆	和風胡麻ドレッシング	小麦・大豆
		玉葱	なし	マヨネーズ	卵・大豆
				白玉すまし	
				鰹だしの素	乳
				薄口しょうゆ	小麦・大豆
				白玉	大豆
				春菊	なし

