

| 日         | 献立名             | アレルギー                        | 代替             | 除去     | 代替                          |
|-----------|-----------------|------------------------------|----------------|--------|-----------------------------|
| 1<br>(木)  | ごはん             |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | じゃがいものそぼろ煮      | 竹輪                           | 対応煮物           | →      | 他の具多め                       |
|           | さわらの白醤油焼き       | さわらの白醤油漬け(さわら)               | ハンバーグ          |        |                             |
| 2<br>(金)  | 健康サラダ           | ごま                           | 対応サラダ          | →      | 除去                          |
|           | ごはん             |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | 肉団子のトマトスープ      |                              |                |        |                             |
| 5<br>(月)  | チキンカツ           |                              |                |        |                             |
|           | ハムコーンサラダ        |                              |                |        |                             |
|           | 白湯ラーメン          | 中華めん(小麦)<br>なると・白湯スープ(乳)     | 対応麺<br>対応汁物    | →<br>→ | あわ麺<br>他の具多め・醤油             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
| 6<br>(火)  | 野菜のチヂミ          |                              |                |        |                             |
|           | 中華サラダ           | ごま                           | 対応サラダ          | →      | 除去                          |
|           | ミルクメーカーコーヒー     |                              |                |        |                             |
|           | 豚ゴボ丼            |                              |                |        |                             |
| 7<br>(水)  | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | ビーフンスープ         |                              |                |        |                             |
|           | ショールンポー         | ショールンポー(小麦・かきエキス)            | キャベツ入り平つくね     |        |                             |
|           | パンパンジーサラダ       | 棒々鶏ドレッシング(ごま)                | 対応サラダ          | →      | 和風ドレッシング                    |
| 8<br>(木)  | 元気ヨーグルト         | ヨーグルト                        | 対応デザート         | →      | プリン                         |
|           | チキンライス          |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | パンブキンポタージュ      | バター・牛乳・パンブキンポタージュ(乳・小麦)      | 対応ポタージュ        | →      | キャノーラ油・豆乳・シチューの素(乳・卵・小麦不使用) |
| 9<br>(金)  | ガーリックチキン        |                              |                |        |                             |
|           | コールスロー風サラダ      | レモン果汁                        | 対応サラダ          | →      | 除去                          |
|           | ごはん             |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
| 13<br>(火) | 野菜スープ           | もやし                          | 対応スープ          | →      | 他の具多め                       |
|           | さけフライ           | さけフライ(小麦)                    | 米粉メンチカツ        |        |                             |
|           | にんじんしりしり        |                              |                |        |                             |
|           | スティックブルーベリータルト  | スティックブルーベリータルト(ブルーベリージャム)    | 対応デザート         | →      | お米deさつまいもと栗のタルト             |
| 14<br>(水) | ごはん             |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | わかめスープ          | タンメン(小麦)                     | 対応スープ          | →      | フォー                         |
|           | 豚肉のビリ辛炒め        |                              |                |        |                             |
| 15<br>(木) | れんこんサラダ         |                              |                |        |                             |
|           | きな粉パン           | コッペパン(乳・小麦)                  | 対応揚げパン         | →      | 米粉パンまたは乳なしパン                |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | A B Cスープ        | マカロニ(小麦)                     | 対応スープ          | →      | 米粉スパゲッティ                    |
| 16<br>(金) | ミートボール          |                              |                |        |                             |
|           | コーンサラダ          |                              |                |        |                             |
|           | 一食オレンジ          | オレンジ                         | 対応デザート         | →      | 乳酸菌デザート                     |
|           | 親子丼             | 鶏卵・かまぼこ                      | 対応丼(具)         | →      | 大豆フレーク・他の具多め                |
| 19<br>(月) | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | めひかりフライ         | めひかりフライ(めひかり・小麦)             | 高野豆腐のからあげ      |        |                             |
|           | 大根の和風サラダ        |                              |                |        |                             |
|           | ソフトめんカレーソース     | ソフトめん(小麦)<br>カレールウ(乳・小麦)・チーズ | 対応麺<br>対応カレー   | →<br>→ | 米粉スパゲッティ<br>除去              |
| 20<br>(火) | のむヨーグルト         |                              |                |        |                             |
|           | 大学いも            | ごま                           | 対応揚げ物          | →      | 除去                          |
|           | 野菜のドレッシング和え     |                              |                |        |                             |
|           | ごはん             |                              |                |        |                             |
| 21<br>(水) | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | 洋風肉じゃが          | バター                          | 対応煮物           | →      | キャノーラ油                      |
|           | 焼きウインナー         |                              |                |        |                             |
|           | マカロニサラダ         | マカロニ(小麦)                     | 対応サラダ          | →      | 米粉スパゲッティ                    |
| 22<br>(木) | ごはん             |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | いなか汁            |                              |                |        |                             |
|           | あじ磯辺フライ         | あじ磯辺フライ(あじ・小麦)               | ささみフライ         |        |                             |
| 23<br>(金) | きんぴらごぼう         | さつま揚げ・ごま                     | 対応きんぴら         | →      | 鶏肉・除去                       |
|           | ごはん             |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | 里いものみそ汁         |                              |                |        |                             |
| 26<br>(月) | とり肉と大豆の甘がらめ     | 小麦粉                          | 対応揚げ物          | →      | 米粉、でん粉                      |
|           | 野菜のかりかり梅和え      |                              |                |        |                             |
|           | 近江牛のハヤシライス      |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
| 27<br>(火) | ミニオムレツ          | オムレツ(乳・卵)                    | ハンバーグ          |        |                             |
|           | 赤こんサラダ          | 香りごまドレッシング(ごま)               | 対応サラダ          | →      | 除去                          |
|           | セルフフィッシュサンドバーガー | パンズパン(乳・小麦)<br>白身魚フライ(たら・小麦) | 対応パン<br>ポロニアカツ | →      | 米粉パンまたは乳なしパン                |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
| 28<br>(水) | お豆ときのこのクリームシチュー | 牛乳・ベシャメルソース(乳・小麦・ほたてエキス)     | 対応シチュー         | →      | 豆乳・シチューの素(乳・卵・小麦不使用)        |
|           | イタリアンサラダ        |                              |                |        |                             |
|           | ごはん             |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
| 29<br>(木) | 豚汁              |                              |                |        |                             |
|           | 煮魚(さば)          | さば                           | とり肉の照り焼き       |        |                             |
|           | キャベツのからしごま和え    | ごま                           | 対応和え物          | →      | 除去                          |
|           | ごはん             |                              |                |        |                             |
| 30<br>(金) | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | せんべい汁           | 南部せんべい(小麦)                   | 対応汁物           | →      | フォー                         |
|           | イカメンチ           | イカメンチ(小麦・いか・魚すり身)            | 米粉キャベツメンチカツ    |        |                             |
|           | 茎わかめのきんぴら       | さつま揚げ                        | 対応きんぴら         | →      | 他の具多め                       |
|           | 一食りんご           | りんご                          | 対応デザート         | →      | チョコプリン                      |
|           | ごはん             |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | 赤だし             |                              |                |        |                             |
|           | ソースカツ           | トンカツ(小麦)                     | 米粉チキンカツ        |        |                             |
|           | 小松菜のり酢和え        |                              |                |        |                             |
|           | ごはん             |                              |                |        |                             |
|           | 牛乳              |                              |                |        |                             |
|           | にらたまスープ         | 鶏卵                           | 対応スープ          | →      | 大豆フレーク、豆腐                   |
|           | かぼちゃ型ハンバーグ      |                              |                |        |                             |
|           | ブロッコリーとハムのサラダ   | 香りごまドレッシング(ごま)               | 対応サラダ          | →      | 和風ドレッシング                    |
|           | ハロウィンカラーゼリー     | ハロウィンカラーゼリー(みかん・ぶどう果汁)       | 対応デザート         | →      | プリン                         |

\* 食材の都合により、対応内容が一部変わる場合があります。その際は、アレルギーに関してじゅうぶんに配慮したものを提供しますので、ご理解ください。  
\* 安心・安全なアレルギー食を提供するために、原因食品でないものも除去する場合があります。