

# 令和元年 12月メニュー 7大アレルギー表

	日付	7大アレルギー							7大アレルギー							7大アレルギー								
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		
朝食	主食	ご飯							ご飯								ご飯							
	汁物	パン	●						パン	●							パン	●						
	主菜	青菜粥		●					卵粥		●						青菜粥		●					
	副菜	味噌汁			●				味噌汁			●					味噌汁			●				
	サラダ	スープ	●						スープ	●						スープ	●							
	漬物	ハム野菜炒め	●	●	●				ウィンナーとオニオンのソテー	●	●	●				ベーコンの野菜炒め	●	●	●					
	その他	オムレツ	●	●	●				ミックススクランブルエッグ	●	●	●				だし巻き玉子	●	●	●					
	飲み物	納豆	●						納豆	●						納豆	●							
朝食	主食	青菜の煮浸し	●						卵の花	●						かぼちゃの旨煮	●							
	汁物	豆のサラダ	●	●	●				ポテトサラダ	●	●	●				レンコンサラダ	●	●	●					
	主菜	コールスロー	●						コールスロー	●						コールスロー	●							
	副菜	スナップえんどう	●						ブロッコリー	●						スナップえんどう	●							
	サラダ	ヤングコーン	●						カリフラワー	●						ヤングコーン	●							
	漬物	漬物	●						漬物	●						漬物	●							
	その他	ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●					
	飲み物	味付け海苔	●				●		味付け海苔	●					●	味付け海苔	●						●	
朝食	主食	ジャム・マーガリン	●						ジャム・マーガリン	●						ジャム・マーガリン	●							
	汁物	フリードリンク			●				フリードリンク			●				フリードリンク			●					
	朝食	主食	ご飯							ご飯							ご飯							
		汁物	パン	●						パン	●						パン	●						
		主菜	青菜粥		●					青菜粥		●					青菜粥		●					
		副菜	味噌汁			●				味噌汁			●				味噌汁			●				
		サラダ	スープ	●						スープ	●						スープ	●						
		漬物	照焼き肉団子	●	●	●				肉野菜炒め	●	●	●				鱈の照焼き	●	●	●				
その他		厚焼き玉子	●	●	●				いり卵	●	●	●				厚焼き玉子	●	●	●					
飲み物		納豆	●						納豆	●						納豆	●							
朝食	主食	ひじきの煮物	●						金平ごぼう	●						切干大根煮	●							
	汁物	ほうれん草のツナマヨ和え	●	●	●				マカロニサラダ	●	●	●				もやしのナムル	●	●	●					
	主菜	コールスロー	●						コールスロー	●						コールスロー	●							
	副菜	ブロッコリー	●						スナップえんどう	●						ブロッコリー	●							
	サラダ	カリフラワー	●						ヤングコーン	●						カリフラワー	●							
	漬物	漬物	●						漬物	●						漬物	●							
	その他	ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●					
	飲み物	味付け海苔	●				●		味付け海苔	●					●	味付け海苔	●						●	
朝食	主食	ジャム・マーガリン	●						ジャム・マーガリン	●						マーガリン・ジャム	●							
	汁物	フリードリンク			●				フリードリンク			●				フリードリンク			●					
	朝食	主食	ご飯							ご飯							ご飯							
		汁物	パン	●						パン	●						パン	●						
		主菜	青菜粥		●					青菜粥		●					青菜粥		●					
		副菜	味噌汁			●				味噌汁			●				味噌汁			●				
		サラダ	スープ	●						スープ	●						スープ	●						
		漬物	照焼き肉団子	●	●	●				肉野菜炒め	●	●	●				鱈の照焼き	●	●	●				
その他		厚焼き玉子	●	●	●				いり卵	●	●	●				厚焼き玉子	●	●	●					
飲み物		納豆	●						納豆	●						納豆	●							
朝食	主食	ひじきの煮物	●						金平ごぼう	●						切干大根煮	●							
	汁物	ほうれん草のツナマヨ和え	●	●	●				マカロニサラダ	●	●	●				もやしのナムル	●	●	●					
	主菜	コールスロー	●						コールスロー	●						コールスロー	●							
	副菜	ブロッコリー	●						スナップえんどう	●						ブロッコリー	●							
	サラダ	カリフラワー	●						ヤングコーン	●						カリフラワー	●							
	漬物	漬物	●						漬物	●						漬物	●							
	その他	ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●					
	飲み物	味付け海苔	●				●		味付け海苔	●					●	味付け海苔	●						●	
朝食	主食	ジャム・マーガリン	●						ジャム・マーガリン	●						マーガリン・ジャム	●							
	汁物	フリードリンク			●				フリードリンク			●				フリードリンク			●					
	朝食	主食	ご飯							ご飯							ご飯							
		汁物	パン	●						パン	●						パン	●						
		主菜	青菜粥		●					青菜粥		●					青菜粥		●					
		副菜	味噌汁			●				味噌汁			●				味噌汁			●				
		サラダ	スープ	●						スープ	●						スープ	●						
		漬物	照焼き肉団子	●	●	●				肉野菜炒め	●	●	●				鱈の照焼き	●	●	●				
その他		厚焼き玉子	●	●	●				いり卵	●	●	●				厚焼き玉子	●	●	●					
飲み物		納豆	●						納豆	●						納豆	●							
朝食	主食	ひじきの煮物	●						金平ごぼう	●						切干大根煮	●							
	汁物	ほうれん草のツナマヨ和え	●	●	●				マカロニサラダ	●	●	●				もやしのナムル	●	●	●					
	主菜	コールスロー	●						コールスロー	●						コールスロー	●							
	副菜	ブロッコリー	●						スナップえんどう	●						ブロッコリー	●							
	サラダ	カリフラワー	●						ヤングコーン	●						カリフラワー	●							
	漬物	漬物	●						漬物	●						漬物	●							
	その他	ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●					
	飲み物	味付け海苔	●				●		味付け海苔	●					●	味付け海苔	●						●	
朝食	主食	ジャム・マーガリン	●						ジャム・マーガリン	●						マーガリン・ジャム	●							
	汁物	フリードリンク			●				フリードリンク			●				フリードリンク			●					
	朝食	主食	ご飯							ご飯							ご飯							
		汁物	パン	●						パン	●						パン	●						
		主菜	青菜粥		●					青菜粥		●					青菜粥		●					
		副菜	味噌汁			●				味噌汁			●				味噌汁			●				
		サラダ	スープ	●						スープ	●						スープ	●						
		漬物	照焼き肉団子	●	●	●				肉野菜炒め	●	●	●				鱈の照焼き	●	●	●				
その他		厚焼き玉子	●	●	●				いり卵	●	●	●				厚焼き玉子	●	●	●					
飲み物		納豆	●						納豆	●						納豆	●							
朝食	主食	ひじきの煮物	●						金平ごぼう	●						切干大根煮	●							
	汁物	ほうれん草のツナマヨ和え	●	●	●				マカロニサラダ	●	●	●				もやしのナムル	●	●	●					
	主菜	コールスロー	●						コールスロー	●						コールスロー	●							
	副菜	ブロッコリー	●						スナップえんどう	●						ブロッコリー	●							
	サラダ	カリフラワー	●						ヤングコーン	●						カリフラワー	●							
	漬物	漬物	●						漬物	●						漬物	●							
	その他	ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●				ふりかけ	●	●	●					
	飲み物	味付け海苔	●				●		味付け海苔	●					●	味付け海苔	●						●	
朝食	主食	ジャム・マーガリン	●						ジャム・マーガリン	●						マーガリン・ジャム	●							
	汁物	フリードリンク			●				フリードリンク															