

日付	献立(アレルゲン)	アレルゲン・栄養価	日付	献立(アレルゲン)	アレルゲン・栄養価	日付	献立(アレルゲン)	アレルゲン・栄養価
1 (水)	山菜ごはん(小麦・さば) レモンペッパースパゲティ(小麦) ケチャップハンバーグ(小麦・乳・トマト) 鶏のから揚げ(小麦・卵) かぼちゃサラダ(小麦・卵) えびしゅうまい(小麦・卵・乳・えび) 竹の子の土佐煮(小麦・さば) 人参と大根の浅漬(乳) すき焼き(小麦) さくらもち	小麦・さば・乳・ト マト・卵・えび エ:1070kcal た:28.0g 脂:31.8g	10 (金)	味噌ラーメン(小麦・乳・落花生) 揚げ餃子(小麦・乳) メンマ(小麦) しゅうまい(小麦・乳) わかめとコーンともやし おかかふりかけごはん(小麦)	小麦・乳・落花生 エ:928kcal た:27.2g 脂:19.9g	16 (木)	ごはん 鶏のから揚げ(小麦・卵) 春雨の胡麻ドレッシング和え(小麦・卵) 玉子焼き(小麦・卵) たくあん(小麦) わかめの味噌汁	小麦・卵 エ:949kcal た:26.2g 脂:34.1g
★ 7 (火)	ごはん 鶏の竜田揚げ(小麦・卵・乳) ごぼうサラダ(小麦・卵) ペペロンチーノ(小麦) たくあん(小麦) 切干大根の味噌汁	小麦・卵・乳 エ:984kcal た:24.8g 脂:33.0g	13 (月)	ポークカレー(小麦・乳・りんご・やまいも・トマト) チムル(牡蠣) 福神漬(小麦) リンゴジュース(りんご)	小麦・乳・りんご・ やまいも・トマト・ 牡蠣 エ:1014kcal た:18.0g 脂:18.8g	17 (金)	ごはん ミートコロッセ(小麦・乳・りんご) つくね串(小麦・卵・乳) ひじきの煮物(小麦) ツナサラダ(小麦・卵) 桜漬 もやしの味噌汁	小麦・乳・りんご・ 卵 エ:775kcal た:16.9g 脂:19.3g
8 (水)	わかめごはん チンジャオロース(小麦・牡蠣) 肉団子(小麦・乳) えびのチリソース(小麦・卵・乳・えび) カマボコサラダ(小麦・卵・乳) 桜漬 なめこの味噌汁	小麦・牡蠣・乳・ 卵・えび エ:833kcal た:21.6g 脂:26.3g	14 (火)	味付ごはん(小麦) はまぐり煮(小麦) シーザーサラダ(卵・乳) 味噌田楽(小麦) チーズささみカツ(小麦・卵・乳・りんご) 八宝菜(牡蠣) ワンタンスープ(小麦)	小麦・卵・乳・りん ご・牡蠣 エ:741kcal た:21.8g 脂:15.4g	22 (水)	ごはん 親子煮(小麦・卵) キャベツの浅漬(乳) ピーマンの肉詰めフライ(小麦・りんご) キャンディチーズ(乳) じゃがいもの味噌汁	小麦・卵・乳・りん ご エ:825kcal た:28.7g 脂:19.4g
9 (木)	ごはん 鶏の塩だれ炒め ほうれん草のしらす和え(小麦) チキンナゲット(小麦・卵・乳・トマト) ふき(小麦) にらの味噌汁	小麦・卵・乳・ト マト エ:813kcal た:28.7g 脂:24.7g	★ 15 (水)	ごはん 照り焼きハンバーグ(小麦・乳) ナポリタン(小麦・トマト) さつま芋サラダ(小麦・卵) 胡麻昆布(小麦) 大根の味噌汁	小麦・乳・トマト・ 卵 エ:937kcal た:28.1g 脂:24.2g			