

12月1・6・11・16・21・26・31日 1月5・10・15・20・25・30日 2月4・9・14・19・24日

No.1 朝食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
パン	パン類 (小麦・卵・乳・大豆)
マーガリン、ジャム	マーガリン (大豆・乳)、イチゴジャム (りんご) チョコレート (大豆・小麦・乳・豚肉)
味噌汁	麩 (小麦・米)、味噌 (大豆・米)
厚焼き玉子	厚焼き玉子 (小麦・卵・大豆)
サバの塩焼き	サバ
がんもの煮物	がんも (ごま・大豆・米)、醤油 (小麦・大豆)
生野菜	
ブロッコリーのシーザーサラダ	シーザーサラダドレッシング (小麦・卵・乳・大豆)
コーンフレーク	コーンフレーク (小麦・大豆)
フルーツ	バナナ
納豆	納豆 (小麦・大豆)
わかめ茎煮	わかめ茎煮 (小麦・大豆・エビ・カニ)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ (小麦・乳・大豆・ごま・エビ・カニ・卵) 味付け海苔 (小麦・乳・エビ・大豆・豚肉・米)
漬物、梅干	
ドレッシング	青じそドレッシング (小麦・大豆) フレンチドレッシング (卵・大豆) ごまドレッシング (ごま・小麦・卵・大豆) マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
その他	醤油 (大豆・小麦) ウスターソース (りんご) 中濃ソース (りんご)
嗜好品	牛乳 (乳)

12月1・6・11・16・21・26・31日 1月5・10・15・20・25・30日 2月4・9・14・19・24日

No. 1 昼食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
わかめうどん	うどん (小麦)、かまぼこ (小麦・卵・乳・大豆・米)、白だし (小麦・大豆・サバ・米)
肉団子の甘酢あんかけ	ミートボール (鶏肉・乳・小麦・大豆・卵)
アジの和風マリネ	和風ゆずドレッシング (小麦・大豆・りんご)、サラダ油 (大豆)、酢 (小麦・米)
さつま芋の天ぷら	天ぷら粉 (小麦・大豆・米・卵・乳)、サラダ油 (大豆)
人参しりしり	卵、めんつゆ (小麦・大豆・米)、いりごま (ごま・大豆)、サラダ油 (大豆)
生野菜	
切干大根のナムル	醤油 (大豆・小麦)、ごま油 (ごま)、いりごま (ごま・大豆)
豆腐サラダ	豆腐 (大豆)、野菜たっぷりドレッシング (小麦・サバ・大豆・りんご)
フルーツ	オレンジ
漬物、梅干	たくあん漬け (小麦・大豆)
ドレッシング	青じそドレッシング (小麦・大豆) フレンチドレッシング (卵・大豆) ごまドレッシング (ごま・小麦・卵・大豆) マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
その他	醤油 (大豆・小麦) ウスターソース (りんご) 中濃ソース (りんご)
嗜好品	牛乳 (乳)

No.1 夕食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
ポークカレー	豚肉、カレールウ（小麦・大豆・乳・バナナ・鶏肉・豚肉・りんご・ごま）、ウスターソース（りんご）、中濃ソース（りんご）、醤油（大豆・小麦）、サラダ油（大豆）、福神漬（大豆・小麦）
チキンカツ	チキンカツ（小麦・卵・大豆・乳・鶏肉・豚肉・牛肉・りんご・ゼラチン）、サラダ油（大豆）
サワラのマヨネーズ焼き	マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
小松菜のソテー	サラダ油（大豆）
青のりポテト	ポテト（小麦）、サラダ油（大豆）
生野菜	
ごぼうサラダ	醤油（小麦・大豆）、マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
大根と水菜のサラダ	
ゼリー（グレープ）	
漬物、梅干	たくあん漬け（小麦・大豆）
ドレッシング	青じそドレッシング（小麦・大豆） フレンチドレッシング（卵・大豆） ごまドレッシング（ごま・小麦・卵・大豆） マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
その他	醤油（大豆・小麦） ウスターソース（りんご） 中濃ソース（りんご）
嗜好品	牛乳（乳）

12月2・7・12・17・22・27日 1月1・6・11・16・21・26・31日 2月5・10・15・20・25日

No.2 朝食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
パン	パン類(小麦・卵・乳・大豆)
マーガリン、ジャム	マーガリン(大豆・乳)、イチゴジャム(りんご) チョコレート(大豆・小麦・乳・豚肉)
味噌汁	油揚げ(大豆・ごま)、味噌(大豆・米)
高野豆腐の卵とじ	卵、高野豆腐(大豆)、めんつゆ(小麦・大豆・米)
めざしのオイル焼き	
蓮根のきんぴら	醤油(大豆・小麦)、ごま油(ごま)、七味(ごま)、いりごま(ごま・大豆)、サラダ油(大豆)
生野菜	
コーンサラダ	マヨネーズ(卵・大豆・りんご)
コーンフレーク	コーンフレーク(小麦・大豆)
フルーツ	
納豆	納豆(小麦・大豆)
しそわかめ	しそわかめ(小麦・大豆・エビ・カニ)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ(小麦・乳・大豆・ごま・エビ・カニ・卵) 味付け海苔(小麦・乳・エビ・大豆・豚肉・米)
漬物、梅干	
ドレッシング	青じそドレッシング(小麦・大豆) フレンチドレッシング(卵・大豆) ごまドレッシング(ごま・小麦・卵・大豆) マヨネーズ(卵・大豆・りんご)
その他	醤油(大豆・小麦) ウスターソース(りんご) 中濃ソース(りんご)
嗜好品	牛乳(乳)

12月2・7・12・17・22・27日 1月1・6・11・16・21・26・31日 2月5・10・15・20・25日

No.2 昼食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
塩麻婆丼	合びき肉（牛肉・豚肉・小麦・乳・卵・鶏肉）、木綿豆腐（大豆）、ごま油（ごま） 中華王（小麦・カニ・大豆・鶏肉・豚肉・ごま）、片栗粉（大豆）、サラダ油（大豆）
味噌汁	麩（小麦・米）、味噌（大豆・米）
たこキャベツカツ	たこキャベツカツ（小麦・卵・大豆）、サラダ油（大豆）、中濃ソース（りんご）
きびなごの南蛮漬け	醤油（大豆・小麦）、酢（小麦・米）、ごま油（ごま）、七味（ごま）、サラダ油（大豆）
ブロッコリーのかき玉あん	卵、白だし（小麦・大豆・サバ・米）、片栗粉（大豆）
ごぼう天の煮物	ごぼう天（小麦・乳・エビ・カニ・卵・大豆）、醤油（大豆・小麦）
生野菜	
寒天サラダ	
里芋サラダ	マヨネーズ（卵・大豆・りんご）、醤油（大豆・小麦）
フルーツ	オレンジ
漬物、梅干	たくあん漬け（小麦・大豆）
ドレッシング	青じそドレッシング（小麦・大豆） フレンチドレッシング（卵・大豆） ごまドレッシング（ごま・小麦・卵・大豆） マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
その他	醤油（大豆・小麦） ウスターソース（りんご） 中濃ソース（りんご）
嗜好品	牛乳（乳）

12月2・7・12・17・22・27日 1月1・6・11・16・21・26・31日 2月5・10・15・20・25日

No.2 夕食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
春雨ヌードル	かまぼこ（小麦・卵・乳・大豆・米）、とんこつスープ（豚肉・鶏肉・大豆・小麦）、サラダ油（大豆）
豚キムチ炒め	豚肉、もやし（大豆）、キムチの素（りんご・大豆・エビ）、サラダ油（大豆）、焼肉のタレ（小麦・大豆・米・りんご・ごま）
いわし磯辺フライ	いわしフライ（小麦）、サラダ油（大豆）
淡路の玉ねぎステーキ	焼肉のタレ（小麦・大豆・米・りんご・ごま）
さつま芋のレモン煮	醤油（大豆・小麦）
生野菜	
大根ときゅうりのひたひた	めんつゆ（小麦・大豆・米）、酢（小麦・米）、ごま油（ごま・大豆）、七味（ごま）
マカロニサラダ	マカロニ（小麦）、マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
プリン	プリン（乳・ゼラチン）
漬物、梅干	たくあん漬け（小麦・大豆）
ドレッシング	青じそドレッシング（小麦・大豆） フレンチドレッシング（卵・大豆） ごまドレッシング（ごま・小麦・卵・大豆） マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
その他	醤油（大豆・小麦） ウスターソース（りんご） 中濃ソース（りんご）
嗜好品	牛乳（乳）

12月3・8・13・18・23・28日 1月2・7・12・17・22・27日 2月1・6・11・16・21・26日

No.3 朝食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
パン	パン類 (小麦・卵・乳・大豆)
マーガリン、ジャム	マーガリン (大豆・乳)、イチゴジャム (りんご) チョコレート (大豆・小麦・乳・豚肉)
味噌汁	木綿豆腐 (大豆)、味噌 (大豆・米)
ゆで卵	卵
コロッケ	コロッケ (小麦・卵・乳・大豆・鶏肉)、サラダ油 (大豆)
ひじきの煮物	油揚げ (大豆・ごま)、醤油 (大豆・小麦)
生野菜	
和風スパゲティーサラダ	スパゲッティ (小麦・卵)、マヨネーズ (卵・大豆・りんご)、醤油 (大豆・小麦)
コーンフレーク	コーンフレーク (小麦・大豆)
フルーツ	バナナ
納豆	納豆 (小麦・大豆)
わかめ茎煮	わかめ茎煮 (小麦・大豆・エビ・カニ)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ (小麦・乳・大豆・ごま・エビ・カニ・卵) 味付け海苔 (小麦・乳・エビ・大豆・豚肉・米)
漬物、梅干	
ドレッシング	青じそドレッシング (小麦・大豆) フレンチドレッシング (卵・大豆) ごまドレッシング (ごま・小麦・卵・大豆) マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
その他	醤油 (大豆・小麦) ウスターソース (りんご) 中濃ソース (りんご)
嗜好品	牛乳 (乳)

12月3・8・13・18・23・28日 1月2・7・12・17・22・27日 2月1・6・11・16・21・26日

No.3 昼食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
鶏塩そうめん	そうめん（小麦）、鶏ミンチ（鶏肉・牛肉・豚肉）、いりごま（ごま・大豆） 中華王（小麦・カニ・ごま・大豆・鶏肉・豚肉）、ごま油（ごま）、サラダ油（大豆）
ピーマンの肉詰めフライ	ピーマン肉詰めフライ（小麦・大豆・鶏肉・卵・乳・豚肉・山芋・ごま・米・ピーナッツ） サラダ油（大豆）
秋刀魚の塩焼きおろしポン酢かけ	さんま（イカ）、ポン酢（小麦・大豆）
中華野菜炒め	中華王（小麦・カニ・大豆・鶏肉・豚肉・ごま）、サラダ油（大豆）、ごま油（ごま・大豆）
里芋の揚げだし	めんつゆ（小麦・大豆・米）、片栗粉（大豆）、サラダ油（大豆）
生野菜	
海藻サラダ	
春菊ともやしの中華和え	もやし（大豆）、チョレギサラダドレッシング（小麦・ごま・大豆）、いりごま（ごま・大豆）
フルーツ	
漬物、梅干	たくあん漬け（小麦・大豆）
ドレッシング	青じそドレッシング（小麦・大豆） フレンチドレッシング（卵・大豆） ごまドレッシング（ごま・小麦・卵・大豆） マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
その他	醤油（大豆・小麦） ウスターソース（りんご） 中濃ソース（りんご）
嗜好品	牛乳（乳）

12月3・8・13・18・23・28日 1月2・7・12・17・22・27日 2月1・6・11・16・21・26日

No.3 夕食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
クリームシチュー	ベーコン (卵・乳・大豆・豚肉・小麦・エビ・カニ)、牛乳 (乳)、サラダ油 (大豆) シチューミックス (小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉)、コンソメ (乳・小麦・鶏肉・大豆)
豚肉とニンニクの芽の オイスター炒め	豚肉、オイスターソース (小麦・大豆・鶏肉・豚肉)、サラダ油 (大豆)
ししゃもフライ	ししゃもフライ (小麦・大豆・イカ)、サラダ油 (大豆)
花野菜のマヨグラタン	マヨネーズ (卵・大豆・りんご)、チーズ (乳)
皮付きポテト	ポテト (小麦)、サラダ油 (大豆)
生野菜	
キャロットラペ	酢 (小麦・米)、粒マスタード (小麦・乳・大豆・りんご)
ツナサラダ	シーチキン (大豆)、マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
ゼリー (青りんご)	りんご
漬物、梅干	たくあん漬け (小麦・大豆)
ドレッシング	青じそドレッシング (小麦・大豆) フレンチドレッシング (卵・大豆) ごまドレッシング (ごま・小麦・卵・大豆) マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
その他	醤油 (大豆・小麦) ウスターソース (りんご) 中濃ソース (りんご)
嗜好品	牛乳 (乳)

12月4・9・14・19・24・29日 1月3・8・13・18・23・28日 2月2・7・12・17・22・27日

No.4 朝食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
パン	パン類(小麦・卵・乳・大豆)
マーガリン、ジャム	マーガリン(大豆・乳)、イチゴジャム(りんご) チョコレート(大豆・小麦・乳・豚肉)
味噌汁	麩(小麦・米)、味噌(大豆・米)
ポパイエッグ	卵
鮭の塩焼き	鮭(サケ・サバ)
切干大根の煮物	油揚げ(大豆・ごま)、醤油(大豆・小麦)
生野菜	
玉ねぎサラダ	
コーンフレーク	コーンフレーク(小麦・大豆)
フルーツ	オレンジ
納豆	納豆(小麦・大豆)
しそわかめ	しそわかめ(小麦・大豆・エビ・カニ)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ(小麦・乳・大豆・ごま・エビ・カニ・卵) 味付け海苔(小麦・乳・エビ・大豆・豚肉・米)
漬物、梅干	
ドレッシング	青じそドレッシング(小麦・大豆) フレンチドレッシング(卵・大豆) ごまドレッシング(ごま・小麦・卵・大豆) マヨネーズ(卵・大豆・りんご)
その他	醤油(大豆・小麦) ウスターソース(りんご) 中濃ソース(りんご)
嗜好品	牛乳(乳)

No.4 昼食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
菜めし	菜めしの素 (大豆・米)
ばち汁	ふし麺 (小麦)、いりこダシ (乳)、白だし (小麦・大豆・サバ・米)
鶏天	鶏肉、天ぷら粉 (小麦・大豆・米・卵・乳)、サラダ油 (大豆)
サバの生姜煮	サバ、醤油 (大豆・小麦)
野沢菜の和風スパゲティー	野沢菜 (カニ・小麦・大豆・米)、スパゲッティ (小麦・卵) めんつゆ (小麦・大豆・米)、サラダ油 (大豆)
淡路の玉ねぎステーキ	焼肉のタレ (小麦・大豆・米・りんご・ごま)
生野菜	
ポテトサラダ	マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
なます	酢 (小麦・米)、いりごま (ごま・大豆)
フルーツ	
漬物、梅干	たくあん漬け (小麦・大豆)
ドレッシング	青じそドレッシング (小麦・大豆) フレンチドレッシング (卵・大豆) ごまドレッシング (ごま・小麦・卵・大豆) マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
その他	醤油 (大豆・小麦) ウスターソース (りんご) 中濃ソース (りんご)
嗜好品	牛乳 (乳)

No.4 夕食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
きのこのあんかけうどん	うどん (小麦)、油揚げ (大豆・ごま)、めんつゆ (小麦・大豆・米)、片栗粉 (大豆)
肉団子のチリソース	ミートボール (鶏肉・乳・小麦・大豆・豚肉・卵・エビ・カニ・牛肉・ごま・山芋・りんご・ゼラチン)、豆板醤 (小麦・大豆・米)、酒 (小麦・米)、サラダ油 (大豆)
サワラの唐揚げ	からあげ粉 (小麦・卵・大豆)、サラダ油 (大豆)
厚揚げの生姜焼き	厚揚げ (大豆)、生姜焼きのタレ (小麦・大豆・オレンジ)
かぼちゃの煮物	醤油 (大豆・小麦)
生野菜	
ひじきと大豆のサラダ	大豆、醤油 (大豆・小麦)、マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
カリフラワーのおかか和え	めんつゆ (小麦・大豆・米)
ゼリー (グレープ)	
漬物、梅干	たくあん漬 (小麦・大豆)
ドレッシング	青じそドレッシング (小麦・大豆) フレンチドレッシング (卵・大豆) ごまドレッシング (ごま・小麦・卵・大豆) マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
その他	醤油 (大豆・小麦) ウスターソース (りんご) 中濃ソース (りんご)
嗜好品	牛乳 (乳)

12月5・10・15・20・25・30日 1月4・9・14・19・24・29日 2月3・8・13・18・23・28日

No.5 朝食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
パン	パン類 (小麦・卵・乳・大豆)
マーガリン、ジャム	マーガリン (大豆・乳)、イチゴジャム (りんご) チョコレート (大豆・小麦・乳・豚肉)
味噌汁	味噌 (大豆・米)
目玉焼き	卵
竹輪カレー揚げ	竹輪 (大豆・豚肉・卵・乳・エビ・イカ・ゼラチン・小麦・米) 天ぷら粉 (小麦・大豆・米・卵・乳)、サラダ油 (大豆)
切昆布と大豆の煮物	大豆、醤油 (小麦・大豆)
生野菜	
大根サラダ	
コーンフレーク	コーンフレーク (小麦・大豆)
フルーツ	バナナ
納豆	納豆 (小麦・大豆)
わかめ茎煮	わかめ茎煮 (小麦・大豆・エビ・カニ)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ (小麦・乳・大豆・ごま・エビ・カニ・卵) 味付け海苔 (小麦・乳・エビ・大豆・豚肉・米)
漬物、梅干	
ドレッシング	青じそドレッシング (小麦・大豆) フレンチドレッシング (卵・大豆) ごまドレッシング (ごま・小麦・卵・大豆) マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
その他	醤油 (大豆・小麦) ウスターソース (りんご) 中濃ソース (りんご)
嗜好品	牛乳 (乳)

No.5 昼食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
焼肉丼	豚肉、焼肉のタレ（小麦・大豆・米・りんご・ごま）、サラダ油（大豆）
ワカメスープ	中華王（小麦・カニ・大豆・鶏肉・豚肉・ごま）、ごま油（ごま）、 いりごま（ごま・大豆）
揚げ餃子	餃子（小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・乳・米・落花生・山芋）、サラダ油（大豆）
ししゃものマリネ	フレンチドレッシング（卵・大豆）、酢（小麦・米）
チャプチェ	めんつゆ（小麦・大豆・米）、いりごま（ごま・大豆）、サラダ油（大豆）、ごま油（ごま・大豆）
イカと里芋の煮物	イカ、醤油（大豆・小麦）
生野菜	
卵豆腐	卵豆腐（小麦・卵・大豆・米）
蓮根のハニーマヨサラダ	マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
フルーツ	オレンジ
漬物、梅干	たくあん漬け（小麦・大豆）
ドレッシング	青じそドレッシング（小麦・大豆） フレンチドレッシング（卵・大豆） ごまドレッシング（ごま・小麦・卵・大豆） マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
その他	醤油（大豆・小麦） ウスターソース（りんご） 中濃ソース（りんご）
嗜好品	牛乳（乳）

12月5・10・15・20・25・30日 1月4・9・14・19・24・29日 2月3・8・13・18・23・28日

No.5 夕食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
ミートソーススパゲティ	合びき肉（牛肉・豚肉・小麦・乳・卵・鶏肉）、大豆ミンチ（大豆）、スパゲッティ（小麦・卵）、コンソメ（乳・小麦・鶏肉・大豆）、醤油（大豆・小麦）、ウスターソース（りんご）、サラダ油（大豆）
和風ハンバーグ	ハンバーグ（小麦・乳・牛肉・鶏肉・大豆） 焼肉のタレ（小麦・大豆・米・りんご・ごま）
白身魚フライ	白身魚フライ（小麦・大豆・サケ）、サラダ油（大豆）
ほうれん草のソテー	サラダ油（大豆）
皮付きポテト	ポテト（小麦）、サラダ油（大豆）
生野菜	
ビーンズサラダ	ミックスビーンズ（大豆）、イタリアンドレッシング（大豆）
インゲンと卵の マヨマスタードサラダ	卵、マヨネーズ（卵・大豆・りんご）、粒マスタード（小麦・乳・大豆・りんご）
プリン	プリン（乳・ゼラチン）
漬物、梅干	たくあん漬け（小麦・大豆）
ドレッシング	青じそドレッシング（小麦・大豆） フレンチドレッシング（卵・大豆） ごまドレッシング（ごま・小麦・卵・大豆） マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
その他	醤油（大豆・小麦） ウスターソース（りんご） 中濃ソース（りんご）
嗜好品	牛乳（乳）