

3月1・6・11・16・21・26・31日 4月5・10・15・20・25・30日 5月5・10・15・20・25・30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)、いちごジャム(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・乳・大豆・米)
サバの塩焼き	さば
切昆布と大豆の煮物	大豆、醤油(小麦・大豆)
生野菜	
カリフラワーとコーンのサラダ	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	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・えび・かに)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ(小麦・乳・大豆・ごま・えび・かに・卵) 味付け海苔(小麦・乳・えび・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)

3月1・6・11・16・21・26・31日 4月5・10・15・20・25・30日 5月5・10・15・20・25・30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・魚介類)、白だし (小麦・大豆・さば・米)
厚揚げと挽き肉の和風カレー煮	厚揚げ (大豆)、合びき肉 (牛肉・豚肉・小麦・乳・卵・鶏肉)、大豆ミンチ (大豆)、めんつゆ (小麦・大豆・米)、片栗粉 (大豆)
ししゃもの磯辺天ぷら	天ぷら粉 (小麦・大豆・米・卵・乳)、サラダ油 (大豆)
アスパラソテー	サラダ油 (大豆)
ジャーマンポテト	ベーコン (卵・乳・大豆・豚肉・小麦・えび・かに)、サラダ油 (大豆)、コンソメ (乳・小麦・鶏肉・大豆)
生野菜	
蓮根のごまマヨサラダ	枝豆 (大豆)、マヨネーズ (卵・大豆・りんご)、ごまドレッシング (ごま・小麦・卵・大豆)
海藻サラダ	
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	
中華丼	豚肉、オイスターソース（小麦・大豆・鶏肉・豚肉）、ごま油（ごま）、片栗粉（大豆）
ワカメスープ	中華王（小麦・かに・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・魚介類）、いりごま（ごま・大豆）
揚げシューマイ	シューマイ（えび・かに・小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・豚肉）、サラダ油（大豆）
鮭の照り焼き 山椒風味	鮭（さけ・さば）、照り焼きのタレ（小麦・さば・大豆・米）
スナップえんどうのソテー	サラダ油（大豆）
かぼちゃのそぼろあんかけ	鶏ミンチ（鶏肉・牛肉・豚肉）、醤油（大豆・小麦）、片栗粉（大豆）
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）、七味（ごま）
もやしと筍のキムチ和え	もやし（大豆）、キムチの素（りんご・大豆・えび）、いりごま（ごま・大豆）
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）

3月2・7・12・17・22・27日 4月1・6・11・16・21・26日 5月1・6・11・16・21・26・31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)、いちごジャム(りんご) チョコレート(大豆・小麦・乳・豚肉)
味噌汁	味噌(大豆・米)
キャベツとウィンナーの卵炒め	卵、ウィンナースライス(牛肉・豚肉・大豆・乳・卵・えび・かに・小麦)、サラダ油(大豆)
めざしのオイル焼き	
がんもの煮物	がんも(ごま・大豆・米)、醤油(小麦・大豆)
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	
納豆	納豆(小麦・大豆)
しそわかめ	しそわかめ(小麦・大豆・えび・かに)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ(小麦・乳・大豆・ごま・えび・かに・卵) 味付け海苔(小麦・乳・えび・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)

3月2・7・12・17・22・27日 4月1・6・11・16・21・26日 5月1・6・11・16・21・26・31日

No.2 昼食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
醤油ラーメン	中華麺(小麦・卵)、もやし(大豆)、 醤油ラーメンスープ(小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・魚介類・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)
サワラの香味ソースがけ	野菜たっぷりドレッシング(小麦・さば・大豆・りんご・魚介類)
ベジから揚げ(大豆ミート)	大豆ミート(大豆)、からあげ粉(小麦・卵・大豆)、サラダ油(大豆)
豆腐の山菜あんかけ	木綿豆腐(大豆)、山菜ミックス(小麦・大豆)、片栗粉(大豆)、 めんつゆ(小麦・大豆・米)
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)
キャベツのゆかり和え	
フルーツ	オレンジ
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)

3月2・7・12・17・22・27日 4月1・6・11・16・21・26日 5月1・6・11・16・21・26・31日

No.2 夕食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
ハヤシライス	豚肉、ハヤシフレーク（小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉）、中濃ソース（りんご） ウスターソース（りんご）、醤油（大豆・小麦）、サラダ油（大豆）
かぼちゃコロッケ	かぼちゃコロッケ（小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・豚肉）、サラダ油（大豆）
豆アジの南蛮漬け	豆アジ（小麦・卵・乳・大豆・さば）、酢（小麦・米）、七味（ごま）、 醤油（大豆・小麦）、いりごま（ごま・大豆）、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）
キャベツとベーコンの和風パスタ	スパゲッティ（小麦・卵）、めんつゆ（小麦・大豆・米）、 ベーコン（卵・乳・大豆・豚肉・小麦・えび・かに）
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）
菜の花のからし和え	めんつゆ（小麦・大豆・米）、ねりからし（大豆）
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）

3月3・8・13・18・23・28日 4月2・7・12・17・22・27日 5月2・7・12・17・22・27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)、いちごジャム(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
焼きししゃも	
切干大根の煮物	油揚げ(大豆・ごま)、醤油(大豆・小麦)
生野菜	
ペンのサラダ	ペンネ(卵・小麦)、マヨネーズ(卵・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・えび・かに)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ(小麦・乳・大豆・ごま・えび・かに・卵) 味付け海苔(小麦・乳・えび・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)

3月3・8・13・18・23・28日 4月2・7・12・17・22・27日 5月2・7・12・17・22・27日

No.3 昼食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
豚トマ丼	豚肉、醤油（小麦・大豆）、酒（小麦・米）
玉ねぎスープ	チキンだし（大豆・鶏肉）
チキンナゲット	チキンナゲット（小麦・卵・乳・鶏肉）、サラダ油（大豆）
きびなごのマリネ	フレンチドレッシング（卵・大豆）、酢（小麦・米）、サラダ油（大豆）
コーンソテー	サラダ油（大豆）
かぼちゃのコンソメ煮	ベーコン（卵・乳・大豆・豚肉・小麦・えび・かに）、醤油（小麦・大豆）、コンソメ（乳・小麦・鶏肉・大豆）
生野菜	
うどんサラダ	うどん（小麦）、ごまドレッシング（ごま・小麦・卵・大豆）
卵豆腐	卵豆腐（小麦・卵・大豆・米）
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.3 夕食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
ナポリタン	スパゲッティ (小麦・卵)、コンソメ (乳・小麦・鶏肉・大豆)、ウイナーズライス (牛肉・豚肉・大豆・乳・卵・えび・かに・小麦)、ウスターソース (りんご)
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・落花生)、サラダ油 (大豆)
サバのオーロラソース焼き	さば、マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
菜の花のソテー	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)
こんにゃくサラダ	醤油 (大豆・小麦)、青じそドレッシング (小麦・大豆)
ゼリー (青リンゴ)	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)

3月4・9・14・19・24・29日 4月3・8・13・18・23・28日 5月3・8・13・18・23・28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)、いちごジャム(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)
オムレツ	オムレツ(卵・米・大豆)
ミートボールのケチャップソース	ミートボール(鶏肉・乳・小麦・大豆・豚肉・卵・えび・かに・牛肉・ごま・山芋・りんご・ゼラチン)、コンソメ(乳・小麦・鶏肉・大豆)、片栗粉(大豆)、ウスターソース(りんご)
ひじきの煮物	油揚げ(大豆・ごま)、醤油(大豆・小麦)
生野菜	
カニ風味サラダ	カニかまぼこ(えび・かに・小麦・卵・大豆・魚介類)、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	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・えび・かに)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ(小麦・乳・大豆・ごま・えび・かに・卵) 味付け海苔(小麦・乳・えび・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	
野菜カレー	合びき肉（牛肉・豚肉・小麦・乳・卵・鶏肉）、ウスターソース（りんご）、カレールウ（小麦・大豆・乳・バナナ・鶏肉・豚肉・りんご・ごま）、中濃ソース（りんご）、醤油（小麦・大豆）、福神漬け（大豆・小麦）、サラダ油（大豆）、大豆ミンチ（大豆）
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）
シーフードとアスパラのバター醤油炒め	いか、シーフードミックス（いか・えび・かに）、マーガリン（乳・大豆・米）、醤油（小麦・大豆）、サラダ油（大豆）
豆のラタトゥイユ	ミックスビーンズ（大豆）、コンソメ（乳・小麦・鶏肉・大豆）
じゃが芋とブロッコリーのチーズ焼き	マヨネーズ（卵・大豆・りんご）、チーズ（乳）
生野菜	
シルバーサラダ	マヨネーズ（卵・大豆・りんご）、フレンチドレッシング（卵・大豆）
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）
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）

3月4・9・14・19・24・29日 4月3・8・13・18・23・28日 5月3・8・13・18・23・28日

No.4 夕食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
けんちんうどん	うどん (小麦)、油揚げ (大豆・ごま)、めんつゆ (小麦・大豆・米)、ごま油 (ごま)
豚キムチ炒め	豚肉、もやし (大豆)、キムチの素 (りんご・大豆・えび)、サラダ油 (大豆)、焼肉のタレ (小麦・大豆・米・りんご・ごま)
イカフリッターのマヨネーズ和え	イカフリッター (卵・小麦・大豆・乳・いか・えび)、サラダ油 (大豆)、マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
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)
青のリポテト	ポテト (小麦)、サラダ油 (大豆)
生野菜	
スナックえんどうのサラダ	マヨネーズ (卵・大豆・りんご)
ワカメときゅうりの酢の物	酢 (小麦・米)
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)

3月5・10・15・20・25・30日 4月4・9・14・19・24・29日 5月4・9・14・19・24・29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)、いちごジャム(りんご) チョコレート(大豆・小麦・乳・豚肉)
味噌汁	味噌(大豆・米)
高野豆腐の卵とじ	卵、高野豆腐(大豆)、めんつゆ(小麦・大豆・米)
鮭の塩焼き	鮭(さけ・さば)
きんぴらごぼう	醤油(大豆・小麦)、七味(ごま)、サラダ油(大豆)、ごま油(ごま)、いりごま(ごま・大豆)
生野菜	
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)、フレンチドレッシング(卵・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・えび・かに)
ふりかけ、味付け海苔	ふりかけ(小麦・乳・大豆・ごま・えび・かに・卵) 味付け海苔(小麦・乳・えび・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	
ゆかりごはん	
すまし汁	麩（小麦・米）、白だし（小麦・大豆・さば・米）
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）
いわし磯辺フライ	いわしフライ（小麦）、サラダ油（大豆）
ブロッコリーのかに玉あんかけ	卵、カニかまぼこ（えび・かに・小麦・卵・大豆）、片栗粉（大豆） 白だし（小麦・大豆・さば・米）
筍のペペロンチーノ風ペンネ	ペンネ（小麦・卵）、ベーコン（卵・乳・大豆・豚肉・小麦・えび・かに） 中華王（小麦・かに・大豆・鶏肉・豚肉・ごま・魚介類）
生野菜	
ポテトサラダ	マヨネーズ（卵・大豆・りんご）
寒天サラダ	
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）

3月5・10・15・20・25・30日 4月4・9・14・19・24・29日 5月4・9・14・19・24・29日

No.5 夕食	アレルギー物質
ご飯・おかゆ	
焼きそば	豚肉、焼きそば麺（小麦・卵・そば・大豆・山芋）、サラダ油（大豆）、焼きそばソース（小麦・えび・鶏肉・豚肉・大豆・もも・りんご・魚介類）
味噌汁	味噌（大豆・米）
春巻き	春巻き（えび・小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉）、サラダ油（大豆）
サワラのレモン幽庵焼き	ポン酢（小麦・大豆）
竹輪と山菜の炒め煮	竹輪（大豆・豚肉・卵・乳・えび・いか・ゼラチン・小麦・米）、ごま油（ごま） 山菜ミックス（小麦・大豆）、醤油（大豆・小麦）、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	
豆腐サラダ	豆腐（大豆）、野菜たっぷりドレッシング（小麦・さば・大豆・りんご・魚介類）
ツナサラダ	シーチキン（大豆）、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）