

## 令和3年度10月献立予定表(アレルギー食品表示)

曜日	日にち	献立名	アレルギー食品	日にち	献立名	アレルギー食品
月				4日	鯛の蒲焼き丼	大豆
					大豆の磯煮	大豆
					キャベツのごま味噌スープ	ごま・大豆
					牛乳	乳
火				5日	ご飯	
					麻婆春雨	豚肉・大豆・ごま
					きのこのおろし和え	
					けんちん汁	豚肉・大豆
					牛乳	乳
水				6日	ソース焼きそば	小麦・豚肉・いか・大豆
					レバーのかりんとう揚げ	豚肉・小麦・乳
					蓮根の白和え	大豆・ごま・かに・小麦
					キウイフルーツ	キウイフルーツ
					牛乳	乳
木				7日	人参ご飯	
					鮭のチーズ焼き	鮭・乳
					切り干し大根の煮物	大豆
					味噌汁	大豆
					牛乳	乳
金	1日	ポークカレー	豚肉・大豆・小麦	8日	卵サンド	小麦・卵・乳
		大根サラダ			ポテサラサンド	小麦・卵・乳
		ベビーチーズ			ミネストローネスープ	豚肉・小麦・乳
		牛乳	乳		ヨーグルト	乳・もも・バナナ
			乳		ミックスマッツ	落花生・カシューナッツ・アーモンド
					牛乳	乳

## 令和3年度10月献立予定表 (アレルギー食品表示)

曜日	日にち	献立名	アレルギー食品	日にち	献立名	アレルギー食品
月	11日	ご飯		18日	枝豆ご飯	大豆
		肉じゃが	豚肉・大豆		メープルサーモン西京焼き	鮭・小麦・オレンジ・大豆
		ごま味噌和え	大豆・ごま		中華サラダ	いか・豚肉・卵・大豆
		味噌汁	大豆・ごま		白玉スープ	大豆・鶏肉
		牛乳	乳		牛乳	乳
火	12日	きのこご飯	大豆	19日	ご飯	
		鶏肉の酢醤油煮	鶏肉・卵・大豆		鶏肉とさつまいもの甘辛煮	鶏肉・大豆・ごま
		ピーマンのおかか和え	大豆		ほうれん草とひじきのごま和え	大豆・ごま
		味噌汁	大豆		味噌汁	大豆・卵
		牛乳	乳		牛乳	乳
水	13日	スパゲティ・ミートソース	小麦・豚肉・大豆	20日	きのこうどん	小麦・大豆
		豆腐の和え物	大豆・ごま		ササミと野菜の天ぷら	鶏肉・小麦・卵
		グレープフルーツ			りんご	りんご
		牛乳	乳		牛乳	乳
木	14日	ご飯		21日	ご飯	
		魚の甘酢あんかけ	小麦・大豆		魚の味噌マヨネーズ焼き	大豆・卵
		切り干し大根のサラダ	豚肉・卵・大豆・ごま		ピリ辛春雨サラダ	大豆・ごま・卵
		味噌汁	大豆		味噌汁	鶏肉・大豆
		牛乳	乳		牛乳	乳
金	15日	おにぎり	大豆	22日	コッペパン	小麦・乳
		豚汁	豚肉・大豆		みかんジャム	
		牛乳	乳		シチュー	鶏肉・大豆・乳
					南瓜のサラダ	卵・豚肉・ごま
					オレンジ	オレンジ
				牛乳	乳	

## 令和3年度10月献立予定表 (アレルギー食品表示)

曜日	日にち	献立名	アレルギー食品	日にち	献立名	アレルギー食品
月	25日	ご飯				
		鮭のソテー	鮭			
		厚揚げ入りコールスローサラダ	大豆			
		味噌汁	大豆			
		牛乳	乳			
火	26日	ご飯				
		鶏肉のトマト煮	鶏肉・大豆・乳			
		青梗菜のマスタード和え	大豆			
		きのこのコンソメスープ	大豆・豚肉			
		牛乳	乳			
水	27日	ご飯				
		メンチカツ	小麦・牛肉・大豆			
		わかめのおかか和え	大豆			
		さつま芋のレモン煮				
		味噌汁	大豆			
		牛乳	乳			
木	28日	ご飯				
		おでん	卵・大豆			
		なめ茸和え	大豆			
		味噌汁	大豆			
		牛乳	乳			
金	29日	ご飯				
		すき焼き風煮	豚肉・大豆			
		南瓜の含め煮	大豆			
		味噌汁	大豆			
		牛乳	乳			