

献立表 (アレルギー)

2015
5月

※アレルギー表示義務のある7品目(卵・乳・小麦・ピーナッツ・えび・かに・そば)とゼラチンを表示しています。

曜日	日	献立	(あか) 血や肉 量をつくる	主な材料と体内での働き (きいろ) 骨くみや 体をつくる	(おどり) 体の調子をととのえる	調味料
金	1	たけのこごはん 魚ソーメン汁 やきとりチキン ひじきの五目煮 かしわもち むぎごぼん チキソバ 雑草チカラダ 冷凍あんず 青じそドレッシング	とりにく、うすあげ わかめ、いとよくだい ししゃも ひじき、ぶたにく、だいず、チキアキ 小豆	こめ、むぎ わかめ、チカラダ、雑草、小麦粉、たんぱく質	たけのこ ソバ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 ととのえる	花かつお、小麦 花かつお、昆布
木	7	冷凍あんず 青じそドレッシング	とりにく、白いんげん豆 わかめ、昆布、梅とさかのり、つのもた キノコサイ	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質 たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	小麦、乳、りんご
金	8	むぎごぼん 鯛肉と大根の漬付け	とりにく、厚揚げ、ごんぶ	こめ、小麦粉、小麦粉	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質	小麦、かつお節、昆布
月	11	ヨーヨーチップス うめアンズソース ひじき入り炊き込みご飯 魚のゴマ味噌焼き 大根チカラダ	ぶたにく、みそ、いとけずり ぶたにく、ひじき、豚付けうすあげ さば、みそ ソーチキツ (まぐろ)	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉 小麦粉、小麦粉 小麦粉、小麦粉	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質	花かつお、小麦
火	12	むぎごぼん 梅肉汁 中華コーンスープ ふたれんが ソーメン みそラーメン	ぎゅうにく 豚 ぶたにく、わかめ、なると、みそ 赤だし とりにく、いとけずり 豚脂粉乳、寒天	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	花かつお
水	13	みそラーメン	ぶたにく、わかめ、なると、みそ 赤だし とりにく、いとけずり 豚脂粉乳、寒天	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	花かつお
木	14	むぎごぼん 梅肉汁 中華コーンスープ ふたれんが ソーメン みそラーメン	わかめ、みそ とらふ、ぶたにく とりにく、大豆がかり	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	ゼラチン
金	15	むぎごぼん タコライス タコライス(キヤベツ) タコライス(チード) ソーメン ソーメン	ぶたにく、ぎゅうにく、大豆がかり とらふ かまぼこ、ソーメン	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	りんご
月	18	むぎごぼん 厚揚げと野菜のうま煮	厚揚げ、とりにく	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	花かつお
火	19	むぎごぼん ゆしどうふ ソーメン きくじ天ぷら ※きくじ天ぷらに使用している揚げ油は、ヨーヨーチップス(5月8日)に使用したものです	とうふ わかめ、みそ とらふ かまぼこ、ソーメン	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	花かつお、昆布
水	20	魚のパン焼き ピーナツサラダ なまこししゃも 冬瓜のトマト煮	厚き、粉チーズ とりにく、赤いんげん豆、ひよこ豆 豚脂粉乳 とりにく、白ウツ豆	パン粉、オリーブ油 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	りんご
木	21	プロテインヨーヨー ブルーベリージャム むぎごぼん けんちん汁	パン粉 とりにく、とうふ	オリーブ油 水あめ、すり	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	りんご
金	22	さんまおろし 小麦粉 小麦粉 小麦粉	さんま	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	昆布、花かつお	
月	25	魚のすり焼き ミニトマト むぎごぼん 冬瓜の漬付け	厚き、みそ ぶたにく、うすあげ、みそ	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	花かつお	
火	26	むぎごぼん 小麦の漬付け	ぶたにく、厚揚げ、昆布、きんぎょ天	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	花かつお
水	27	おしん 五穀ごぼん イチムトウチ	ぶたにく、白かまぼこ、みそ	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	花かつお
木	28	グルテンのソーダソーダ ※グルテンのソーダソーダに使用している揚げ油は、ヨーヨーチップス(5月10日)に使用したものです にんじんしりしり 黒米餅 クラムチヤウダー	グルテン 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 白いんげん豆 たまご、ぶたにく	かたくり粉、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	小麦、小麦
金	29	とりにく 小麦粉 小麦粉 小麦粉	とりにく ぶたにく、大豆、みそ	こめ、小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質 小麦粉、小麦粉、たんぱく質	小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質 小麦粉、たんぱく質、たんぱく質、たんぱく質	花かつお 小麦

※しょうゆ、酢は配量していませんが、微量の小麦が含まれています。情報が必要な方はセンターまでお問い合わせください。
※小麦粉を使用している場合は小麦表示、小麦粉以外の小麦成分の場合は小麦表示にしています。