☆6.7月メニュー ☆　～アレルギー表～

6月提供日	4・9・14・19・24・29	7大アレルゲン							その他　20品目																			
7月提供日	4・9・14・19・24・29																											
分類	NO.1	卵	乳	小麦	落花生	そば	かに	えび	大豆	いか	鮭	さば	牛肉	豚肉	鶏肉	ゼラチン	オレンジ	りんご	バナナ	キウイ	もも	ごま	くるみ	カシューナッツ	山芋	松茸	いくら	あわび
朝食	ご飯																											
	パン	●	●	●																								
	おかゆ																											
	コーンフレーク			●					●																			
	みそ汁								●																			
	コンソメスープ		●	●					●						●													
	炒り卵の甘酢あんかけ	●		●					●																			
	ししゃも																											
	大根と油揚げの煮物			●					●																			
	いんげんの胡麻和え			●					●													●						
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	納豆			●					●																			
	ふりかけ		●	●					●													●						
	漬物			●					●													●						
	ジャム																											
	マーガリン		●						●																			
	フリードリンク		●																									
昼食	ご飯																											
	赤カブ青菜ご飯		●																									
	冷やしきつねうどん			●					●																			
	塩焼きそば	●		●					●					●								●						
	すまし汁			●					●			●																
	チキンソースカツ	●	●	●					●						●			●										
	肉じゃが			●					●					●														
	こんにゃくとごぼうの煮物			●					●																			
	きゃべつのさざなみ和え			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									
夕食	ご飯																											
	中華スープ								●				●	●	●	●												
	ナスとキャベツのパスタ			●					●																			
	照りマヨハンバーグ	●	●	●					●				●	●	●													
	豚キムチ炒め			●			●	●	●					●				●				●						
	クリームシチュー		●	●					●					●	●													
	胡瓜と寒天のサラダ			●					●						●							●						
	蓮根と南瓜の南蛮漬け			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									

☆6.7月メニュー ☆　～アレルギー表～

6月提供日	5・10・15・20・25・30	7大アレルゲン							その他　20品目																			
7月提供日	5・10・15・20・25・30																											
分類	NO.2	卵	乳	小麦	落花生	そば	かに	えび	大豆	いか	鮭	さば	牛肉	豚肉	鶏肉	ゼラチン	オレンジ	りんご	バナナ	キウイ	もも	ごま	くるみ	カシューナッツ	山芋	松茸	いくら	あわび
朝食	ご飯																											
	パン	●	●	●																								
	おかゆ																											
	コーンフレーク			●					●																			
	みそ汁								●																			
	コンソメスープ		●	●					●						●													
	ウインナー													●														
	枝豆スクランブル	●	●						●					●														
	ひじきの煮物			●					●																			
	スパゲッティサラダ	●		●					●									●										
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	納豆			●					●																			
	ふりかけ		●	●					●													●						
	漬物			●					●													●						
	ジャム																											
	マーガリン		●						●																			
	フリードリンク		●																									
昼食	ご飯																											
	わかめご飯								●																			
	醤油ラーメン	●		●					●					●	●													
	ナポリタン	●	●	●					●																			
	コーンスープ		●	●					●				●															
	ピーマンの肉詰めフライ	●		●					●						●													
	さわらのタルタル焼き	●		●					●						●													
	高野豆腐の煮物			●					●			●																
	ごぼうの味噌マヨ和え	●		●					●									●										
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									
夕食	ご飯																											
	みそ汁								●																			
	夏野菜のペペロンチーノ	●	●	●					●					●														
	アジフライ			●					●																			
	ブロッコリーのトマト煮	●	●	●					●					●														
	麻婆豆腐			●					●					●														
	ポテトサラダ	●		●					●									●										
	オクラの胡麻和え			●					●													●						
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									

☆6.7月メニュー ☆　～アレルギー表～

6月提供日	1・6・11・16・21・26	7大アレルゲン							その他　20品目																			
7月提供日	1・6・11・16・21・26・31																											
分類	NO.3	卵	乳	小麦	落花生	そば	かに	えび	大豆	いか	鮭	さば	牛肉	豚肉	鶏肉	ゼラチン	オレンジ	りんご	バナナ	キウイ	もも	ごま	くるみ	カシューナッツ	山芋	松茸	いくら	あわび
朝食	ご飯																											
	パン	●	●	●																								
	おかゆ																											
	コーンフレーク			●					●																			
	みそ汁								●																			
	コンソメスープ		●	●					●						●													
	炒り豆腐	●		●					●																			
	さばの塩焼き											●																
	マカロニのカレー炒め			●					●																			
	小松菜の和え物			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	納豆			●					●																			
	ふりかけ		●	●					●													●						
	漬物			●					●													●						
	ジャム																											
	マーガリン		●						●																			
	フリードリンク		●																									
昼食	ご飯																											
	菜飯																											
	冷やしたぬきうどん	●	●	●				●	●	●															●			
	きのこと野菜の和風パスタ			●					●																			
	かき玉汁	●		●					●			●																
	キャベツメンチカツ		●	●					●				●	●														
	鶏肉と野菜の煮物			●					●						●													
	コーンソテー			●					●																			
	胡瓜と寒天の酢の物			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									
夕食	ご飯																											
	コンソメスープ		●	●					●						●													
	明太子スパゲティ	●		●					●																			
	ミートボールのケチャップ煮	●	●	●					●					●	●													
	鶏肉と玉ねぎの卵とじ	●		●					●						●													
	ササミのしそ巻きフライ	●		●					●						●													
	にらともやしのキムチ和え			●				●	●									●										
	大根と水菜のサラダ																											
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									

☆6.7月メニュー ☆　～アレルギー表～

6月提供日	2・7・12・17・22・27	7大アレルゲン							その他　20品目																			
7月提供日	2・7・12・17・22・27																											
分類	NO.4	卵	乳	小麦	落花生	そば	かに	えび	大豆	いか	鮭	さば	牛肉	豚肉	鶏肉	ゼラチン	オレンジ	りんご	バナナ	キウイ	もも	ごま	くるみ	カシューナッツ	山芋	松茸	いくら	あわび
朝食	ご飯																											
	パン	●	●	●																								
	おかゆ																											
	コーンフレーク			●					●																			
	みそ汁								●																			
	コンソメスープ		●	●					●						●													
	ポテトスクランブル	●	●						●																			
	さわらの塩焼き																											
	きんぴらごぼう			●					●													●						
	ブロッコリーの胡麻和え			●					●													●						
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	納豆			●					●																			
	ふりかけ		●	●					●													●						
	漬物			●					●													●						
	ジャム																											
	マーガリン		●						●																			
	フリードリンク		●																									
昼食	ご飯																											
	鮭わかめご飯										●																	
	高遠そば	●		●		●			●																			
	ソース焼きそば	●		●				●	●					●	●			●			●							
	中華スープ								●				●	●	●	●												
	シュウマイ	●	●	●					●					●								●						
	コロッケ	●	●	●					●							●												
	おでん風煮	●	●	●				●	●			●																
	三色ナムル			●					●													●						
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									
夕食	ご飯																											
	みそ汁								●																			
	茸の和風スパゲティ			●					●																			
	ハンバーグデミソース		●	●					●				●	●	●													
	イワシフライ			●					●																			
	中華煮			●					●					●														
	うま塩キャベツ			●					●													●						
	揚げナスのおろしかけ			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									

☆6.7月メニュー ☆　～アレルギー表～

6月提供日	3・8・13・18・23・28	7大アレルゲン							その他　20品目																			
7月提供日	3・8・13・18・23・28																											
分類	NO.5	卵	乳	小麦	落花生	そば	かに	えび	大豆	いか	鮭	さば	牛肉	豚肉	鶏肉	ゼラチン	オレンジ	りんご	バナナ	キウイ	もも	ごま	くるみ	カシューナッツ	山芋	松茸	いくら	あわび
朝食	ご飯																											
	パン	●	●	●																								
	おかゆ																											
	コーンフレーク			●					●																			
	みそ汁								●																			
	コンソメスープ		●	●					●						●													
	高野豆腐と玉葱の卵とじ	●		●					●																			
	豆鯵の唐揚げ			●					●																			
	切干大根			●					●																			
	イタリアンサラダ		●	●					●									●										
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	納豆			●					●																			
	ふりかけ		●	●					●													●						
	漬物			●					●													●						
	ジャム																											
	マーガリン		●						●																			
	フリードリンク		●																									
昼食	ご飯																											
	キムタクご飯			●			●	●	●					●								●						
	そうめん			●					●			●																
	トマトとツナのペンネ			●					●																			
	みそ汁								●																			
	鯖の塩麹焼き								●			●																
	ミートボールの甘酢あんかけ	●	●	●					●					●	●													
	フライドポテト								●																			
	にんにくの芽とメンマのソテー			●					●																			
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									
夕食	ご飯																											
	コンソメスープ		●	●					●						●													
	白身フライ			●					●																			
	チャプチェ								●					●														
	チキントマト煮		●	●					●						●													
	豚肉の生姜焼き			●					●					●														
	ブロッコリーのジャコ和え			●					●																			
	信州味噌豆腐田楽			●					●													●						
	千切りキャベツ																											
	日替りサラダ																											
	青じそドレッシング			●					●																			
	フレンチドレッシング	●							●																			
	フルーツ																●		●									
	漬物			●					●													●						
	フリードリンク		●																									