

日付	献立(アレルギー)	アレルギー・栄養価	日付	献立(アレルギー)	アレルギー・栄養価	日付	献立(アレルギー)	アレルギー・栄養価
1 (金)	天ぷらうどん 【かき揚げ・いか天】 (いか) 小松菜とツナの和え物 鮭ふりかけご飯(乳) 桜漬け	いか・乳 エ:623kcal たん:16.7g 脂:12.1g	14 (木)	ごはん 豚肉と厚揚げのカレー炒め(乳) アジフライ(りんご) 白菜とツナのサラダ 卵焼き(卵) しば漬け ジャが芋の味噌汁	卵・乳・りんご エ:841kcal たん:23.5g 脂:23.7g	22 (金)	たぬきうどん 【わかめ・揚げ玉・かまぼこ(卵・乳)】 つくね(卵・乳) 豚肉ともやしのチャンプルー(乳) 卵ふりかけご飯(卵・乳)	卵・乳 エ:587kcal たん:22.2g 脂:6.4g
5 (火)	ごはん 甘辛から揚げ(卵) エビフライ(エビ・卵・りんご) れんこんのカレー炒め ほうれん草ときのこの和え物(きのこ) 桜漬け 白菜の味噌汁	卵・エビ・りんご エ:854kcal たん:22.5g 脂:23.3g	15 (金)	五目うどん ちくわの磯辺揚げ 味噌つくね(卵・乳) ほうれん草の辛し和え たくあん 鮭ふりかけご飯(乳)	卵・乳 エ:651kcal たん:20.1g 脂:12.5g	25 (月)	メンチカツカレー(乳・山芋) 福神漬け オレンジジュース(啓明)(オレンジ) りんごゼリー(葵陵)(りんご)	乳・山芋・りんご エ:998kcal たん:19.9g 脂:21.1g
6 (水)	ごはん 豚肉の柳川煮(卵) ミートボール(乳) 野菜コロッケ(乳・りんご) もやしのおかか和え(卵) しば漬け お麩の味噌汁	卵・乳・りんご エ:758kcal たん:21.5g 脂:13.4g	18 (月)	ポークカレー(乳・山芋) 福神漬け シーザーサラダ(卵・乳) オレンジゼリー(オレンジ)	卵・乳・山芋・オレンジ エ:825kcal たん:18.4g 脂:15.4g	26 (火)	ごはん 照り焼きチキン カレーコロッケ(乳・りんご) ペンネとベーコン炒め(乳) いんげんとコーンのサラダ(カニ・卵) たくあん 豆腐の味噌汁	乳・りんご・卵・カニ エ:909kcal たん:30.4g 脂:19.4g
7 (木)	ごはん 酢豚(乳) 中華ナムル 揚げ餃子(乳) 大学芋 わかめスープ	乳 エ:813kcal たん:16.2g 脂:21.2g	19 (火)	味付きご飯 豚肉と野菜の生姜炒め 肉団子(乳) うずら串フライ(卵) マカロニサラダ(卵) 桜漬け 茄子の味噌汁	卵 エ:935kcal たん:29.4g 脂:20.7g	★ 27 (水)	ごはん 鶏の竜田揚げ(卵・乳) 白身魚フライ(りんご) ナポリタン 小松菜と卵の和え物(卵) 大根の味噌汁	卵・乳・りんご エ:916kcal たん:22.9g 脂:24.9g
11 (月)	チキンカレー(乳・山芋) 福神漬け 大根サラダ(卵) ぶどうゼリー(ぶどう)	卵・乳・山芋・ぶどう エ:888kcal たん:21.8g 脂:14.5g	20 (水)	ごはん 麻婆豆腐 三角春巻き エビチリ(エビ) わかめサラダ 中華スープ たくあん	えび エ:727kcal たん:20.6g 脂:12.2g	28 (木)	ごはん チーズインハンバーグ(乳・卵) ペペロンチーノ ピリ辛ウインナー(乳) ハッシュドポテト しば漬け ポパイサラダ キャベツの味噌汁	卵・乳 エ:871kcal たん:23.4g 脂:22.9g
★ 12 (火)	ごはん 照り焼きハンバーグ(乳) 和風スパゲティ 小松菜の胡麻和え 桜漬け なめこの味噌汁(きのこ)	乳・きのこ エ:795kcal たん:24.7g 脂:15.6g	21 (木)	ごはん 鯖の胡麻みそ焼き キャベツと卵の炒め物(卵) やきとり 三色おひたし しば漬け えのきたけの味噌汁(きのこ)	卵・きのこ エ:779kcal たん:31.0g 脂:16.3g	29 (金)	醤油ラーメン【わかめ・メンマ・もやし】 しゅうまい(乳) 揚げ餃子(乳) かつおふりかけご飯(乳)	乳 エ:888kcal たん:25.6g 脂:16.7g