



日	曜日	献立名・料理名	アレルゲン																												
			えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレング	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	揚げ物
12	金	太刀魚のバーベキューソースかけ																											●	●	
		ゆで野菜																													
		スイートポテト風サラダ							●																						
		野菜の辛子じょうゆあえ																													
		沢煮わん																					●	●		●					●
		ごはん																													
		【大盛のみ】鶏肉のレモン焼き																					●								
16	火	鮭と野菜のレモンしょうゆかけ																			●										
		カレー肉じゃが																							●						
		ちくわの磯辺揚げ				●																									●
		かきたま汁								●												●									
		ごはん																													
				【大盛のみ】チキンカツ				●																	●				●		●
17	水	ハンバーグトマトソース				●																●	●	●							
		小松菜とコーンのソテー																													
		フライドポテト																													●
		パンプキンスープ				●			●															●	●						
		ブルー																													
		ロールパン				●			●																						
		【大盛のみ】スパイシーシュリンプ	●			●																								●	
18	木	フライドチキン				●																	●							●	
		キャベツとチンゲンサイの炒めもの																													
		チリコンカン				●																			●				●		
		ひじきの洋風煮																							●						
		野菜スープ																					●	●							
		ごはん																													
19	金	カミカミビビンバ				●				●								●				●	●	●							
		生揚げの煮つけ																					●								●
		キャベツのナムル																				●									
		わかめスープ																					●	●							
		ごはん																													
22	月	八宝菜					●																●	●							
		ラーパーツアイ																				●									
		かぼちゃサラダ						●															●						●		
		わかめと大根のスープ																					●	●							
		ごはん																													
				【大盛のみ】春巻				●																●	●						●
24	水	ホキのピリ辛ソースかけ				●																●								●	
		ゆで野菜																													
		鶏肉と大豆のうま煮																					●	●							
		フルーツあえ(みかん缶&りんご缶)																										●			
		ビーフンスープ																					●	●	●						
		ごはん																													
		【大盛のみ】ミートボールのケチャップあえ																				●	●	●					●		
25	木	ガバオライス																				●	●	●							
		春雨サラダ																					●								
		えびと小松菜の塩炒め	●																					●							
		豆腐とわかめのスープ																						●	●						
		ごはん																													
				【大盛のみ】いかのフリッター				●		●		●																			●
26	金	鶏肉のアーモンドからめ								●													●							●	
		じゃがいものごま炒め																				●									
		小松菜のペペロンチーノ				●																			●						
		キャロットラペ																													
		コーンスープ							●															●							
		ごはん																													
29	月	チキントマトカレー				●		●															●								
		さつまいものアーモンドがらめ									●																				●
		チンゲンサイとハムのソテー																							●						
		ジュリアンスープ																						●	●						
		ごはん																													
				【大盛のみ】チーズハンバーグ						●														●	●	●					
30	火	天ぷら(あじ・さつまいも)				●																								●	
		野菜の磯香あえ																					●								
		かぼちゃのそぼろあんかけ																							●						
		こんにゃくの土佐煮																													
		吉野汁																					●	●	●						●
		ごはん																													
		【大盛のみ】鶏肉の香味焼き																					●								