

たまごアレルギー除去用献立表

2023年10月号

日	曜	こ ん だ て め い		卵除去献立	除去食品	除去できないもの
2	月	ごはん	○ ひじきのいために コロッケ ポイルキャベツ パックソース			
3	火	ココアパン	○ ポークビーンズ ごぼうサラダ			
4	水	ごはん	○ とり肉のねぎソースあえ けんちんじる			
5	木	むぎいり きのこカレー	○ フルーツのぶどうゼリーあえ			
6	金	ごはん	○ ちくぜんに スイートポテト さばのすだちしょうゆかけ			
10	火	こがた コッペパン いちごジャム	○ オムレツ ポトフ パックケチャップ			オムレツ
11	水	ごはん	○ れんこんきんぴら とりつくね そくせきづけ			
12	木	むぎいり チャーハン	○ 肉だんごスープ ヨーグルト	むぎいり チャーハン	いりたまご	
13	金	ごはん	○ ささみカツ ポイルキャベツ さつまじる パックソース			
16	月	ごはん しそかつおふりかけ	○ じゃがいものいそに おひたし			
17	火	こがた こくとうパン	○ わかめうどん きりぼしだいこんのツナあえ ブルーベリーゼリー			
18	水	ごはん	○ マーボー豆腐 ちゅうかサラダ			
19	木	むぎいり いもわかめ ごはん	○ さわらのみぞれあんかけ なめこじる			
20	金	ごはん	○ おでんふうにごみ りんご あわのしゃっきりごまあえ	おでんふうにごみ	うずらたまご	
23	月	ごはん	○ 小松菜と高野豆腐の卵とじ いわしカリカリフライ	小松菜と高野豆腐の 卵とじ	たまご	
24	火	キャラメルパン	○ ポークシチュー ひじきサラダ			
25	水	ごはん	○ わふうハンバーグ チンゲンサイと卵のスープ	チンゲンサイと 卵のスープ	たまご	
26	木	ごはん	○ すきやきふうにごみ きゅうりのしおこんぶサラダ			
27	金	むぎいり かしわめし	○ さばのしょうがに みそしる みかん			
30	月	ごはん	○ はっぼうさい あげぎょうざ	はっぼうさい	うずらたまご	
31	火	きりめつき コッペパン	○ セルフホットドッグ パンプキンポタージュ			