

たまごアレルギー除去用献立表

2018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
1	月	ごはん	○ マーボー豆腐 チンゲンサイのナムル			
2	火	小型米粉パン	○ スープスパゲティ コーンサラダ			
3	水	ごはん	○ 豚肉と厚揚げのみそ煮 すだちずあえ			
4	木	こくとうパン	○ パックソース 白身魚のフライ ポイル野菜 はるさめスープ			
5	金	麦入りあわ ぎゅー混ぜご飯	○ すだち ふしめん汁 お米のタルト			お米のタルト
9	火	ごはん	○ さわらのしおやき ゆかりあえ ひじきの炒め煮 中のみ型ぬきチーズ			
10	水	麦入り根菜カ レー	○ フルーツヨーグルト和え			
11	木	きな粉揚げパン	○ 五目スープ 肉団子の甘酢あんかけ			
12	金	ごはん	○ 高野豆腐のたまごとじ 切干大根の酢の物	高野豆腐の卵とじ	たまご	
15	月	麦入りビビンバ	○ きのコスープ	麦入りビビンバ	短冊たまご	
16	火	小型米粉パン (味付けパン)	○ ビーフンの五目炒め あげしゅうまい			
17	水	ごはん	○ じゃがいものそぼろに れんこんとツナのサラダ			
18	木	コッペパン	○ 煮込みハンバーグ わかめとチンゲンサイのスープ	わかめとチンゲンサイの スープ	たまご	
19	金	ごはん	○ 魚の照り焼き風 ならあえ			
22	月	麦入りえびピラ フ	○ ミネストローネ みかん			
23	火	ごはん	○ 大豆入りきんぴらごぼう いわしのうめに			
24	水	ごはん	○ とり肉のねぎソースあえ みそ汁			
25	木	こがたチーズパ ン	○ カレーうどん コールスローサラダ	コールスローサラダ	ドレッシング	
26	金	ごはん	○ とり肉とじゃがいもの旨煮 しめじあえ	とり肉とじゃがいもの旨 煮	うずら卵	
29	月	麦入りいもわか めご飯	○ さばのみぞれ煮 なめこ汁			
30	火	コッペパン	○ いちごジャム ポークシチュー イタリアンサラダ			
31	水	ごはん	○ はっぼうさい かぼちゃひき肉フライ	八宝菜	うずら卵	