

8大アレルギーフリー代替メニュー



	A			B			C		
	10月 (2・5・8・11・14・17・20・23・26・29日)			10月 (3・6・9・12・15・18・21・24・27・30日)			10月 (1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31日)		
	11月 (1・4・7・10・13・16・19・22・25・28日)			11月 (2・5・8・11・14・17・20・23・26・29日)			11月 (3・6・9・12・15・18・21・24・27・30日)		
	12月 (1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31日)			12月 (2・5・8・11・14・17・20・23・26・29日)			12月 (3・6・9・12・15・18・21・24・27・30日)		
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> 朝食 朝食A 朝食B 朝食C </div>									
主食	ごはん			ごはん			ごはん		
汁物	大根と人参の味噌汁			大根と人参の味噌汁			大根と人参の味噌汁		
おかず	ウインナー			ウインナー			ウインナー		
おかず	肉野菜炒め			肉野菜炒め			肉野菜炒め		
おかず	ひじきの煮物			きんぴらごぼう			切干大根		
サラダ	千切りキャベツ			千切りキャベツ			千切りキャベツ		
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> 昼食 昼食A 昼食B 昼食C </div>									
主食	ごはん			ごはん			ごはん		
汁物	ほうれん草と人参のすまし汁			ほうれん草と人参のすまし汁			ほうれん草と人参のすまし汁		
おかず	鶏肉の味噌焼き			チキンソテー			チキンカレー炒め		
おかず	フライドポテト			カレーフライドポテト			ポテトの磯辺揚げ		
おかず	いんげんのイタドリ和え			ブロッコリーのイタドリ和え			オクラのイタドリ和え		
サラダ	千切りキャベツ			千切りキャベツ			千切りキャベツ		
デザート	ゼリー(ぶどうorりんご)			ゼリー(ぶどうorりんご)			ゼリー(ぶどうorりんご)		
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> 夕食 夕食A 夕食B 夕食C </div>									
主食	ごはん			ごはん			ごはん		
汁物	とうもろこしと玉葱の中華スープ			とうもろこしと玉葱の中華スープ			とうもろこしと玉葱の中華スープ		
おかず	豚肉と野菜のカレー炒め			豚ロース味噌焼き			塩肉じゃが		
おかず	ブロッコリーのフレンチ和え			栗かぼちゃの含め煮			茄子のなべしき		
おかず	さつま芋サラダ			春雨サラダ			ブロッコリーのサウザン和え		
サラダ	千切りキャベツ			千切りキャベツ			千切りキャベツ		
デザート	ゼリー(ぶどうorりんご)			ゼリー(ぶどうorりんご)			ゼリー(ぶどうorりんご)		