



# 3月 卵アレルギー対応献立表



献立		食 材			献立	食 材			
日	曜日	献立	食 材	献立	食 材	献立	食 材	献立	
1	火	中華丼 三度豆と春雨のサラダ わかめスープ	○ マヨネーズ→マヨドレ 卵→豆腐 コンソメ→鶏ガラスープ	○ ○ ○	17	木	ファイバーロール 野菜コロッケ 大豆サラダ スパゲティーシチュー	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○
2	水	ご飯 鶏と大根の五目煮 ほうれん草のごま和え じゃがいもとにらのみそ汁	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○	18	金	ご飯 煮魚 こんにゃくきんぴらカレー風味 麩と小松菜のみそ汁	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○
3	木	鮭とレタスのサラダ寿司 エビフライ 五目汁	○ ○ ○	○ ○ ○	19	土	パン バナナ ウインナーと野菜のスープ	○ ○ ○	○ ○ ○
4	金	ミートソーススパゲティ キャベツとハムのサラダ きのこのスープ	○ ○ ○	○ ○ ○	21	月	振替休日		
5	土	おにぎり2種 小松菜とうす揚げのかりかりサラダ 豚汁	○ ○ ○	○ ○ ○	22	火	白いパン/キャラメルクリーム チキンカツ マカロニサラダ(ハム) キャベツの野菜スープ	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○
7	月	ご飯 牛肉の野菜煮 千切大根のサラダ 豆腐とねぎのみそ汁	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○	23	水	ご飯 すき焼き風煮 ほうれん草と人参のお浸し えのきとわかめのみそ汁	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○
8	火	ご飯(のりたま) 鮭のチーズフライ チャプチェ ブロッコリーとツナのサラダ のっぺい汁 ゼリー/ジュース	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	24	木	親子うどん さつまいものレモン煮 キャベツの青じそサラダ	○ ○ ○	○ ○ ○
9	水	焼きそば 三度豆のおかか和え さつま汁	○ ○ ○	○ ○ ○	25	金	ご飯 鯖のみそ漬 千切大根の煮物 けんちん汁	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○
10	木	ご飯 ミニおでん もやしときゅうりのナムル 玉ねぎとわかめのみそ汁	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○	26	土	ちらしずし 小松菜としめじのおひたし かき玉汁	○ ○ ○	○ ○ ○
11	金	ハヤシライス カニスパサダ レタススープ	○ ○ ○	○ ○ ○	28	月	ミネラルロール おからナゲット ひじきサラダ 人参のポタージュ	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○
12	土	パン バナナ 鶏と野菜のスープ	○ ○ ○	○ ○ ○	29	火	ご飯 カラスカレイの照り焼き ほうれん草の梅焼き和え だんご汁	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○
14	月	ご飯 ★豚肉とじゃがいもの甘辛炒め ★卵の花 えのきと水菜のすまし汁	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○	30	水	ジャージャー麺 エビしゅうまい 三度豆のごま和え	○ ○ ○	○ ○ ○
15	火	★炒り大豆ご飯 かぼちゃの天ぷら 小松菜とツナのごま酢和え 茶碗蒸し	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○	31	木	ご飯 鶏の唐揚げ 白菜のお浸し 呉汁	○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○
16	水	豚みそ丼 ほうれん草の白和え はんぺんとわかめのみそ汁	○ ○ ○	○ ○ ○					

(新メニューには★印をつけています。)

※コンソメ、ウェイパーは、卵アレルギーでも使用可能ですが、調理の都合上フイヨンや鶏ガラスープに変更している場合があります。  
※ヨーグルトは卵アレルギーでも使用可能ですが、3/7の千切大根のサラダでは調理の都合上除去します。

