

# 簡易給食予定表

【3月11日(月)～3月22日(金)】

(中島小)

月日	簡易給食	アレルギー	使っている食品
11月	セルフドッグ(コッペパン) (ウインナー) ポトフ ヨーグルト 牛乳	小麦・乳  乳 乳	小麦粉 砂糖 マーガリン パン酵母 塩 ウインナー ケチャップ ウスターソース 砂糖 キャベツ だいこん たまねぎ とり肉 ブロccoli にんじん とりがらだし しょうゆ 白ワイン コンソメ 塩 こしょう ヨーグルト 牛乳
12月	ごはん あじのおおさフライ とり野菜 牛乳	小麦・魚  乳	米 あじのおおさフライ(あじ パン粉 小麦粉 でん粉 あおさ粉 塩 こしょう) 油 はくさい 豆腐 とり肉 もやし ねぎ こんにゃく みそ えのきたけ にんじん 煮干しだし しょうが 酒 砂糖 にんにく トウバンジャン 牛乳
13日	まるパン ハンバーグトマトソース クリームシチュー みかんクレープ 牛乳	小麦・乳  乳 乳	小麦粉 砂糖 マーガリン 発酵調味料 乳製品 パン酵母 ハンバーグ(豚肉 鶏肉 たまねぎ 油 砂糖 塩) トマト ケチャップ 中濃ソース 砂糖 牛乳 じゃがいも たまねぎ とり肉 にんじん 米粉 とりがらだし 油 コンソメ 白ワイン 塩 こしょう みかんクレープ(豆乳 みかん果汁 砂糖 植物油 米粉 大豆粉 レモン果汁) 牛乳
14日	ちらしずし(すしめし) (ちらしずしの具) めった汁 お祝いゼリー 牛乳	卵  乳	米 酢 砂糖 酒 塩 とり肉 炒り卵(卵 油 砂糖 塩 でん粉) にんじん えだまめ 凍り豆腐 しょうゆ 酒 しいたけ 砂糖 じゃがいも たまねぎ ぶた肉 ねぎ ごぼう にんじん こんにゃく みそ 煮干しだし 酒 お祝いゼリー(いちご 砂糖 豆乳クリーム 水あめ) 牛乳
18日	クロワッサン チキンナゲット キャベツとひき肉の煮こみ 牛乳	小麦・乳・卵  乳・小麦 乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 卵 イースト 塩 アセロラパウダー チキンナゲット(鶏肉 でんぷん 大豆たんぱく コンソメ しょうゆ 塩 小麦粉 脱脂粉乳 油) 油 キャベツ じゃがいも たまねぎ ぶた肉 にんじん トマト どうもろこし 大豆ミート さやいんげん とりがらだし しょうゆ 白ワイン コンソメ 塩 こしょう 牛乳
19日	ごはん(減量) 五目あつやきたまご カレーうどん いちごゼリー 牛乳	卵・たけのこ  小麦 乳	米 五目あつやきたまご(卵 かつおだし 鶏肉 にんじん たけのこ 砂糖 もずく しいたけ 油 しょうゆ みりん) うどん たまねぎ ぶた肉 にんじん ねぎ カレールウ【小麦】 油揚げ とりがらだし しょうゆ 煮干しだし 酒 油 カレー粉 いちごゼリー(いちご 砂糖) 牛乳
21日	ごはん かますフライ 豆乳みそ鍋 牛乳	魚・小麦  乳	米 カマス 小麦粉 でん粉 パン粉 塩 こしょう 油 中濃ソース 豆乳 はくさい ぶた肉 たまねぎ こまつな にんじん ぶなしめじ ねぎ みそ みりん 酒 煮干しだし 牛乳
22日	ハヤシライス(麦ごはん) (ハヤシソース) フライドポテト プチシュークリーム 牛乳	小麦  乳・卵・小麦 乳	米 大麦 たまねぎ 牛肉 にんじん トマト デミグラスソース【小麦】 ハヤシフレーク【小麦】 コンソメ 赤ワイン 油 塩 こしょう じゃがいも 油 塩 プチシュークリーム(カスタードクリーム 牛乳 卵 マーガリン 小麦粉 ココア) 牛乳