December 2021 Allergy List

Date		Staple food/Side dishes	Eggs	Dairy Products	Wheat	Buckwheat	Peanuts	Seafood (Fish and Shellfish)	Shrimp	Crab	Beef	Chicken	Pork	Peach	Sesami	Soy
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
1	水	◎ごはん														
		＊白身魚フライ			○			○								○
		＊ほうれん草とハムのソテー			○			○				○	○			○
		＊南瓜のグラッセ														○
		＊コーンと枝豆のサラダ														○
		＊みかん														
		A:ポークカレーソテー						○				○	○			○
		B:シーフードカレーソテー						○	○			○	○			○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
2	木	◎ごはん														
		＊ハンバーグケチャップソース		○	○							○	○			○
		＊きのこスパゲティ			○			○				○	○			○
		＊ブロッコリーのスープ煮						○				○	○			
		＊大豆入りポテトサラダ														○
		＊白桃												○		
		A:クリームコロッケ		○	○											○
		B:エビフライ		○	○			○	○							○
		AB共通:小松菜のソテー														○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
3	金	◎ごはん														
		＊鶏肉のから揚げ			○							○				○
		＊焼きビーフン			○			○				○	○			○
		＊厚焼玉子	○		○											○
		＊キャベツの煮びたし			○			○								○
		＊りんご														
		A:豚肉のスタミナソテー			○								○			○
		B:海鮮八宝菜			○			○	○			○				○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
6	月	◎ごはん														
		＊ウインナーのクリームソースかけ		○	○								○			○
		＊パセリポテト														○
		＊チンゲン菜とコーンのソテー						○				○	○			○
		＊パイン														
		A:みそ味つくね	○	○	○							○	○			○
		B:サゴシの照焼き			○			○								○
		AB共通:ブロッコリーのフレンチサラダ														○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
7	火	☆サケごはん						○								
		＊お好み焼き	○		○			○								○
		＊がんものみそ煮						○								○
		＊チーズフライ	○	○	○											○
		＊いんげんのツナ和え			○			○								○
		＊みかん														
		A:揚げぎょうざ		○	○							○	○		○	○
		A:もやしのピリ辛ナムル			○							○			○	○
		B:イカと春雨のチャプチェ風			○			○							○	○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
8	水	◎ごはん														
		＊ポークチャップ						○				○	○			○
		＊イカリングフライ			○			○								○
		＊コーンとウインナーのソテー			○			○				○	○			○
		＊黄桃												○		
		A:ヤムニョムチキン						○				○			○	○
		B:タラのハーブソテー						○								
		B:カリフラワーのマリネ														○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
9	木	◎ごはん														
		＊チンゲン菜と鶏肉の中華炒め			○							○				○
		＊春巻き			○			○					○		○	○
		＊枝豆とちくわの旨煮			○			○								○
		＊マンゴープリン		○												○
		A:酢豚		○	○							○	○			○
		B:カレイの甘酢あん			○			○								○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
10	金	☆青菜ごはん						○								
		＊豚肉とキャベツのみそ炒め			○			○					○			○
		＊コキールフライ	○		○			○								○
		＊サケ入りポテトサラダ			○			○								○
		＊みかんゼリー														
		A:鶏肉のピリ辛焼き			○							○				○
		B:サケの塩焼き						○								
		AB共通:ナポリタン風マカロニ			○											○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
13	月	◎ごはん														
		＊メンチカツ		○	○							○	○			○
		＊油揚げとツナの炒め煮			○			○								○
		＊和風ポテトサラダ			○											○
		＊枝豆														○
		＊白桃												○		
		A:鶏肉のケチャップ炒め			○							○				○
		B:イカ大根			○			○								○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
14	火	☆キャロットパン			○											
		＊イタリアンハンバーグ		○	○							○	○			○
		＊ハーブスパゲティ			○											○
		＊ほうれん草とハムのソテー										○	○			○
		＊スナップエンドウボイル														
		＊パイン														
		A:豚肉のマヨポンあんかけ		○	○			○					○			○
		B:アジの南蛮漬け			○			○								○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
15	水	◎ごはん														
		＊チキンソテーカレー風味										○				
		＊かぶとウインナーのスープ煮						○				○	○			○
		＊ブロッコリーマリネ														○
		＊コーンと枝豆のソテー			○											○
		＊みかん														
		A:ハムカツ		○	○							○	○			○
		B:サーモンフライ			○			○								○
		AB共通:アスパラのツナマヨサラダ						○								○

Date		Staple food/Side dishes	Eggs	Dairy Products	Wheat	Buckwheat	Peanuts	Seafood (Fish and Shellfish)	Shrimp	Crab	Beef	Chicken	Pork	Peach	Sesami	Soy
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
16	木	◎ごはん														
		＊サバの竜田揚げ			○			○								○
		＊里芋とちくわの煮物			○			○								○
		＊小松菜と蒸し鶏の和え物			○			○					○			○
		＊厚焼玉子	○		○											○
		＊黄桃												○		
		A:豚肉ときのこの炒め物			○			○						○		○
		B:シーフードと玉子のソテー	○					○	○				○			○
日	曜日	通常食(主食・副食)	卵	乳	小麦	そば	落花生	魚介類	エビ	カニ	牛肉	鶏肉	豚肉	もも	ゴマ	大豆
17	金	◎ごはん														
		＊鶏肉と野菜の炊き合わせ			○			○					○			○
		＊カニカマのり巻き天	○		○			○	○	○						○
		＊油揚げのおかか和え			○			○								○
		＊カクテルゼリー												○		○
		A:豚肉の磯焼き			○								○			○
		B:ブリの利久焼き			○			○							○	○
		AB共通:キャベツの和風サラダ			○											○