

食品名 (50音順)	7 ひんもく							ひょうじがすすめられている 20 ひんもく (●しるしのみ)														しょうび (しょうするひに✓しるしをいれています。)																													
	えび	カニ	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	イカ	いくら	オレンジ	カシューナッツ	フルーツ	牛肉	くるみ	ごま	鮭	さば	ゼラチン	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	9 (木)	10 (金)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	27 (月)	28 (火)	30 (木)									
けずりぶしR																	●												✓					✓		✓		✓		✓											
こしょう			△			△																							✓		✓							✓		✓											
ごま																●																					✓		✓												
ごまあぶら																●																					✓														
ごまドレッシングR			●													●																																			
こむぎこ			●																											✓																					
サラダビネガー																											●			✓											✓		✓								
さんまW	△		△																																																
しょうゆ			●																	●									✓	✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					
すM			●																																																
ゼリー(あおりんご)																											●		✓																						
だいず																				●																											✓				
チキンウインナー			△		△	△														●		●																													
チキンとボークのハンバーグ			●																	●	●	●																													
チキンナゲット			●																	●	●	●																													
ちりめんじゃこ	△	△																																																	
ツナ																				●																															
デミグラスソース			●																	●		●							✓																						
とうふ																				●										✓																					
トマトケチャップ			△			△																																													
トマトピューレ						△																							✓																				✓		
とり・とんこつスープ																					●	●		●																											
とりガラ					△																●	●		●																											
とりガラスープ																					●	●		●					✓	✓	✓	✓																	✓		
とりだし																					●	●		●					✓	✓	✓	✓																			
とりにく																					●	●		●																									✓		
とんこつ					△																					●																									
とんこつスープ			●																	●	●		●						✓		✓																				
なまわかめ			△																																																
のうこうソース																											●		✓																						✓
ハヤシブレイク			●																	●									✓																						
ぶたにくJ			△		△																																														
ぶたにくW																																																			
ぶたひきにくW																																																			
ベーコン			△		△	△																																													
ホキW	△		△																																																
マカロニ			●																																																
みそ																					●									✓																					
ミンチカツC			●																	●	●		●																												
やきぶた			●		△	△														●		●																													
りんごジャム																												●																							✓
わかさぎ	△		△																																																

副食