

平成30年アレルギー用



除去食品・・・ 卵料理全般・マヨネーズ・プリン・トマト・トマト加工品

曜日	献立名		体をつくるものになる食物	体の調子を整える食物	力や熱になる食物	エネルギー		蛋白質	
	昼食	おやつ				脂質	塩分	脂質	塩分
1月	コーンたっぷりクリームシチュー・ごはん・ひじき入野菜スープ・温野菜・バナナ	ひよこ組 おせんべい・麦茶 ☆おせんべい・黒干し・麦茶	鶏肉・牛乳・生クリーム・ひじき・黒干し	人参・玉ねぎ・キャベツ・ブロッコリー・かぼちゃ・コーン・バナナ	米・じゃがいも・米油・小麦粉	521	160	417	12.8
2月	黒米ごはん・青菜のみそ汁・たらものニエル・ポテトサラダ	バナナマフィン・麦茶	たら・生揚げ・黒干し・鶏肉ソーセージ・バター・豆乳	ほうれん草・キャベツ・玉ねぎ・きゅうり・人参・コーン・バナナ	小麦粉・マカロニ・じゃが芋・米油・ホットケーキミックス	569	17.1	455	13.7
3月	焼きそば・チーズ・梨	サンドイッチ・麦茶	鶏肉・チーズ	キャベツ・人参・もやし・ピーマン・梨・イチゴジャム・7&7-リシャム	中華麺・米油・食パン	517	18.5	355	11.6
4月	黒米ごはん・キャベツのみそ汁・さばのみそ煮・切干大根の豆乳煮	さつまいも蒸しパン・麦茶	生揚げ・さば・さつまいも・豆乳・牛乳・ちくわ・黒干し	キャベツ・玉ねぎ・切干大根・小松菜・干しいたけ・グリーンピース・しょうが・人参	米・米油・ホットケーキミックス・さつまいも	577	21.3	462	17.1
5月	豚丼・ベーコン入野菜スープ・グリーンサラダ・オレンジ	おせんべい・スルメイカ・麦茶	鶏肉・ベーコン	干しいたけ・グリーンピース・玉ねぎ・キャベツ・コーン・きゅうり・ブロッコリー・オレンジ	卵・醤油	484	11.8	402	9.6
6月	鶏やさい丼・野菜スープ・ブロッコリー・バナナ	おせんべい・プチゼリー・麦茶	鶏肉・わかめ・ゼリー	玉ねぎ・人参・キャベツ・グリーンピース・干しいたけ・ブロッコリー・バナナ・コーン	米・米油	505	15.6	374	8.9
7月	♪休園♪								
8月	♪休園♪ (体育の日)								
9月	黒米ごはん・わかめのみそ汁・ひじき入野菜スープ・しらすと切干大根のあえもの・バナナ	フルーツゼリー・麦茶	ひじき・しらす・豆腐・わかめ・鶏肉ソーセージ・ごま・黒干し・卵黄	ほうれん草・人参・切干大根・きゅうり・もやし・りんごジュース・バナナ	米・米油・醤油	504	17.1	403	13.7
10月	クリームスパゲティ・チーズ・キウイフルーツ	おにぎり・麦茶	ベーコン・チーズ・ウインナー・牛乳・生クリーム	玉ねぎ・ピーマン・人参・コーン・キウイフルーツ	スパゲティ・米油・小麦粉・米	557	18.7	425	12.8
11月	黒米ごはん・さつまいのみそ汁・チキンバター焼き・スパゲティサラダ	フルーツヨーグルト・麦茶	油揚げ・黒干し・鶏肉・鶏肉ソーセージ・バター・ヨーグルト	ねぎ・きゅうり・コーン・人参・みか・な豆・バナナ・アップル缶・バナナ・キウイフルーツ	米・小麦粉・スパゲティ・さつまいも	505	19.6	396	15.1
12月	グリーンピースごはん・野菜スープ・チーズ入鶏肉のつくね・温野菜・ぶどう	おせんべい・スルメイカ・麦茶	鶏肉・わかめ・チーズ	玉ねぎ・キャベツ・人参・コーン・ブロッコリー・ねぎ・グリーンピース・かぼちゃ・ぶどう	米・米油・パン粉	508	16.1	410	12.9
13月	♪愛情弁当日♪	おせんべい・りんごジュース		りんごジュース		10.5	2.2	8.4	1.9
14月	♪休園♪								
15月	ポークカレーライス・野菜スープ・温野菜・バナナ	ひよこ組 おせんべい・麦茶 ☆おせんべい・昆布・麦茶	豚肉・わかめ・昆布	玉ねぎ・ねぎ・人参・ブロッコリー・かぼちゃ・バナナ	米・米油・じゃがいも・小麦粉	568	13.2	450	9.5
16月	♪愛情弁当日♪ (秋の遠足)	おせんべい・麦茶				13.6	1.9	10.0	1.6
17月	しょうゆラーメン・チーズ・オレンジ	あんサンド・麦茶	豚肉・なると・わかめ・チーズ・生クリーム・あんこ	ほうれん草・コーン・オレンジ	中華麺・米油・食パン	577	21.4	427	7.5
18月	黒米ごはん・きのこのみそ汁・さんまの塩焼き・ひじきの煮物	ココア蒸しパン・麦茶	さんま・とうろく・黒干し・ひじき・さつまいも・ちくわ・牛乳	なめこ・しめじ・えのき草・ねぎ・人参・干しいたけ・グリーンピース	米・じゃがいも・米油・ホットケーキミックス	539	19.3	431	15.4
19月	さつまいもご飯・わかめと玉ねぎのスープ・肉じゃが・切干大根のゆかりあえ・梨	おせんべい・スルメイカ・麦茶	わかめ・豚肉・ちくわ	玉ねぎ・にんじん・干しいたけ・グリーンピース・キャベツ・きゅうり・ゆかり・なし・切干大根	米・米油・さつまいも・じゃが芋	472	11.2	394	9.1
20月	豚丼・野菜スープ・ブロッコリー・バナナ	おせんべい・りんごジュース	鶏肉	玉ねぎ・干しいたけ・グリーンピース・ブロッコリー・キャベツ・にんじん・コーン・バナナ・りんごジュース	米・米油	544	10.6	435	8.5
21月	♪休園♪					13.7	2.3	11.0	1.8
22月	きのこ入クリームシチュー・ごはん・野菜スープ・ブロッコリーサラダ・バナナ	ひよこ組 おせんべい・麦茶 ☆おせんべい・黒干し・麦茶	鶏肉・牛乳・生クリーム・黒干し	玉ねぎ・きゅうり・ねぎ・人参・ブロッコリー・バナナ・キャベツ・コーン	米・米油・じゃがいも・小麦粉	505	15.2	414	12.5
23月	黒米ごはん・豚汁・ひじき入納豆和え・たこさんウインナー・コールスローサラダ	えびせん・麦茶	豚肉・油揚げ・納豆・ウインナー・ごんやく・チーズ・ひじき・ごま・ハム	白菜・大根・にんじん・ねぎ・玉ねぎ・干しいたけ・キャベツ・きゅうり・コーン	米・醤油・米油	537	15.6	430	12.5
24月	きのこ入りけんちんうどん・チーズ・キウイフルーツ	ふかしもち・麦茶	豚肉・油揚げ・チーズ	大根・人参・玉ねぎ・ねぎ・白菜・干しいたけ・しめじ・キウイフルーツ	うどん・米油・さつまいも	508	15.2	377	10.3
25月	黒米ごはん・切干大根とわかめのみそ汁・鮭の野菜煮・さといものそぼろ煮・りんご	ヨーグルト・麦茶	鶏肉・鮭・わかめ・黒干し・ヨーグルト	切干大根・ほうれん草・キャベツ・にんじん・しめじ・グリーンピース・りんご	米・米油・さといも	493	22.6	414	19.0
26月	バターチキンライス・もずくスープ・じゃがいもグラタン・ブロッコリー	お誕生ケーキ・麦茶	鶏肉・ベーコン・バター・生クリーム・もずく・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・人参・グリーンピース・ブロッコリー・コーン・パイン缶・みかん缶	米・小麦粉・米油・じゃが芋・パン粉	584	19.5	452	4.4
27月	鶏そぼろ丼・野菜スープ・チーズ・バナナ	おせんべい・りんごジュース	鶏肉・チーズ	玉ねぎ・にんじん・キャベツ・コーン・バナナ・グリーンピース・りんごジュース	米・米油	20.6	1.5	15.5	1.2
28月	♪休園♪					546	18.9	424	15.1
29月	チキンカレーライス・野菜スープ・温野菜・バナナ	ひよこ組 せんべい・麦茶 ☆おせんべい・昆布・麦茶	鶏肉・昆布	キャベツ・しめじ・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・かぼちゃ・コーン・バナナ	米・じゃがいも・米油・小麦粉	521	13.3	428	10.8
30月	黒米ごはん・青菜のみそ汁・さばの塩焼き・切干大根の煮物	ゼリー・麦茶	厚揚げ・さば・黒干し・さつまいも・ちくわ・ゼリー	ほうれん草・切干大根・玉ねぎ・干しいたけ・人参・グリーンピース	米・米油・じゃがいも	6.6	1.3	5.4	1.2
31月	和風スパゲティ・チーズ・オレンジ	おにぎり・麦茶	ウインナー・ベーコン・豚肉・チーズ	玉ねぎ・ピーマン・オレンジ	スパゲティ・米油・米	479	18.8	401	15.3
						15.7	1.4	13.2	1.1
						535	18.7	445	16.1
						15.8	1.5	13.7	1.3

食材の入荷により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
※ おやつ欄の☆は、りす組・うさぎ組・ぱんだ組・ぞう組のおやつです。

(3~5歳児) (1~2歳児)