

平成28年度 8月 給食予定献立表

アレルギー用

打瀬保育園

| 日 | 曜 | 昼食 | | おやつ | 主な材料名 | | |
|----|---|---|---|----------------------|----------------------------------|---|--|
| | | 主食・フルーツ | 主菜・副菜・汁物 | | 血・肉・骨になるもの | かや体温になるもの | 体の調子を整えるもの |
| 1 | 月 | ご飯 りんごゼリー 清まし汁(豆腐・わかめ・(以)桜えび) | 豚肉の味噌焼き 切干大根のサラダ | 米粉ジャムサンド | 豚もも肉 テマリ 醤油 豆腐 わかめ (以) 桜えび | 米 三温糖 ごま油 りんごゼリー / 米粉パン ジャム | 切干大根 胡瓜 人参 トマト |
| 2 | 火 | ご飯 すいか ツツジ(キャベツ・人参・パセリ) | 鮭のミラノ風焼き(洋風だし) ブロッコリー | とうもろこし | 鮭 洋風だし | 米 オリーブ油 / とうもろこし | 玉葱 スッキーニ 黄ピーマン ブロッコリー キャベツ 人参 パセリ すいか |
| 3 | 水 | ご飯 バナナ 恒久(チンゲン菜・もやし・豚肉・白ごま) 茄子のミートソーススパゲティ(粉チーズ除去) | 春雨サラダ レバーの味噌焼き | ふかし芋 | 鶏ささみ肉 醤油 鶏レバー 味噌 豚挽肉 | 米 三温糖 白ごま(1.7g) 春雨 ごま油 / ふかし芋 | キャベツ 胡瓜 人参 生姜 にんにく チンゲン菜 もやし バナナ |
| 4 | 木 | デラウェア ツツジ(人参・パセリ・もやし) | 白菜のコールスローサラダ | わかめおにぎり | 豚挽肉 味噌 洋風だし / わかめご飯の素 | スパゲティ オリーブ油 三温糖 三温糖 / 米 | 茄子 玉葱 人参 グリンピース 白菜 人参 レーズン もやし パセリ デラウェア |
| 5 | 金 | ご飯 バナナ | アレルギーカレー (星の王子さま使用) ナムル(白ごま除去) | ☆ぶどうゼリー ☆米粉スナック | 豚挽肉 ミックスビーンズ 醤油 | 米 植物油 三温糖 ごま油 白ごま(0.8g) / ぶどうゼリー 米粉スナック | 人参 玉葱 もやし ほうれん草 バナナ |
| 8 | 月 | ご飯 ブチゼリー ツツジ(小松菜・りんご) | 鶏肉の香味焼き 色彩サラダ(しらす除去) | 米粉ジャムサンド | 鶏もも肉 醤油 洋風だし | 米 三温糖 クリームコーン缶 ブチゼリー / 米粉パン ジャム | にんにく 生姜 キャベツ 胡瓜 人参 小松菜 |
| 9 | 火 | ご飯 すいか 清まし汁(おくら・春雨) | 鮭の照り焼き 茄子とピーマンの味噌炒め | アイスキャンディ | めかじき 醤油 豚挽肉 味噌 | 米 三温糖 植物油 白ごま(0.9g) 春雨 / アイスキャンディ | 生姜 茄子 赤ピーマン 黄ピーマン おくら すいか |
| 10 | 水 | ご飯 バナナ | 豚肉のケチャップ焼き 水菜と人参のサラダ(しらす除去) 中華スープ(しめじ・白菜) | ☆ピーチゼリー ☆せんべい | 豚もも肉 醤油 | 米 オリーブ油 / せんべい ピーチゼリー | 水菜 人参 しめじ 白菜 バナナ |
| 11 | 木 | 山の日 | | | | | |
| 12 | 金 | ご飯 ぶどうゼリー ツツジ(パセリ・りんご・人参) | 鮭の塩焼き ブロッコリーとウイナーのソテー | ☆コーンフレーク (チョコワ除去) | 鮭 ウイナー 醤油 洋風だし | 米 植物油 ホールコーン ぶどうゼリー / コーンフレーク | ブロッコリー パセリ 人参 |
| 15 | 月 | ご飯 ブチゼリー | 鶏肉の胡麻味噌焼き 酢の物 清まし汁(豆腐・長葱) | 米粉ジャムサンド | 鶏もも肉 味噌 醤油 わかめ 豆腐 | 米 白ごま(3g) 三温糖 ブチゼリー / 米粉パン ジャム | キャベツ わかめ 胡瓜 人参 長葱 |
| 16 | 火 | ご飯 ピーチゼリー | 白身魚の風味焼き(白ごま除去) 高野豆腐の含め煮 味噌汁(キャベツ・もやし) | 米粉のココアケーキ | からすがい 醤油 高野豆腐 味噌 / 豆乳 | 米 植物油 三温糖 ピーチゼリー / 米粉 植物油 三温糖 | 玉葱 人参 パセリ レモン キャベツ もやし / ココア |
| 17 | 水 | ご飯 バナナ 中華スープ(えのき茸・白菜) | 麻婆豆腐 さつま芋の茶巾 | きなこおにぎり | 豆腐 豚挽肉 醤油 味噌 オイスター / きなこ | 米 ごま油 三温糖 白ごま(0.8g) さつま芋 / 米 三温糖 | 玉葱 長葱 にら 生姜 オレンジジュース えのき茸 白菜 バナナ |
| 18 | 木 | ご飯 梨 みぞれ(卵なし・豆腐除去・洋風だし入り) | ミソ汁(パン粉・チーズ・牛乳除去) 人参甘煮 | オアパン(青のり味) | 豚挽肉 豆腐 洋風だし / 青のり | 米 三温糖 / じゃが芋 オリーブ油 | 玉葱 ミックスベジタブル 人参 パセリ 梨 |
| 19 | 金 | 初台グループ キャベツジュース | 冷やしうどん (卵なし・ハム除去) 蒸し南瓜 | わかめおにぎり | 鶏挽肉 味噌 醤油 / わかめご飯の素 | うどん 三温糖 白ごま(0.8g) 南瓜 / 米 | 長葱 生姜 胡瓜 人参 ホワイトグレープキャベツジュース |
| 22 | 月 | ご飯 ブチゼリー | 豚肉の生姜焼き 即席漬け 味噌汁(切干大根・油揚げ) | 米粉ジャムサンド | 豚もも肉 醤油 塩昆布 油揚げ 味噌 | 米 ブチゼリー / 米粉パン ジャム | 大根 生姜 キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 |
| 23 | 火 | ご飯 メロン | 鶏肉のトド煮(洋風だし) ブロッコリー 清まし汁(玉葱・わかめ) | 米粉蒸しパン | 鶏もも肉 洋風だし 醤油 豆乳 わかめ | 米 じゃが芋 植物油 三温糖 / 米粉 三温糖 ジャム 植物油 | 人参 玉葱 ブロッコリー メロン |
| 24 | 水 | バナナ | 焼きそば 白インゲン豆の煮豆 中華スープ(しめじ・冬瓜) | ゆかりおにぎり | 豚挽肉 青のり 白インゲン豆 | 卵なし中華蒸し麺 植物油 三温糖 / 米 | 玉葱 人参 キャベツ しいたけ ピーマン もやし しめじ 冬瓜 バナナ ゆかり |
| 25 | 木 | ご飯 ぶどうゼリー | 旨煮 小松菜とかまぼこの梅和え 味噌汁(なめこ・長葱) | ☆くまちゃんビスケ | 豚挽肉 生揚げ 醤油 かまぼこ 味噌 | 米 じゃが芋 こんにゃく ぶどうゼリー / くまちゃんビスケ | 玉葱 人参 グリンピース 小松菜 梅肉 なめこ 長葱 |
| 26 | 金 | ご飯 バナナ | 夏野菜カレー (星の王子さま使用) 酢味噌和え | 桃缶付きりんごゼリー | 豚もも肉 鶏ささみ肉 わかめ 味噌 | 米 じゃが芋 南瓜 植物油 三温糖 ごま油 / りんごゼリー | 人参 玉葱 スッキーニ 胡瓜 トマト バナナ / 桃缶 |
| 29 | 月 | ご飯 ブチゼリー | 鯖の西京焼き ひじきの煮物 清まし汁(わかめ・豆腐) | 米粉蒸しパン | 鯖 味噌 芽ひじき 油揚げ 醤油 豆腐 わかめ | 米 三温糖 ブチゼリー / 米粉 三温糖 ジャム 植物油 | 人参 グリンピース |
| 30 | 火 | ご飯 青りんごゼリー ツツジ(キャベツ・玉葱) | タンダーチキン(卵・砂糖除去) いんげんのお浸し | 米粉ジャムサンド | 鶏もも肉 醤油 かつお節 洋風だし | 米 青りんごゼリー / 米粉パン ジャム | さやいんげん にんにく 生姜 人参 キャベツ 玉葱 |
| 31 | 水 | ご飯 バナナ | 回鍋肉 チンゲン菜とハムの中華和え(卵なし・ハム除去) 中華スープ(しめじ・長葱) | ☆くまちゃんビスケ | 豚もも肉 醤油 味噌 オイスターソース | 米 植物油 三温糖 ごま油 / くまちゃんビスケ | キャベツ 人参 ピーマン にら 生姜 にんにく チンゲン菜 もやし しめじ 長葱 バナナ |

《平均栄養価 3歳未満児(朝の牛乳含む)》

| エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | カルシウム | 食塩 |
|---------|-------|-------|-------|------|
| 510kcal | 20.3g | 15.2g | 237mg | 1.8g |

《平均栄養価 3歳以上児》

| エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | カルシウム | 食塩 |
|---------|-------|-------|-------|------|
| 548kcal | 21.8g | 15.5g | 212mg | 2.0g |

材料の入荷状況などの都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。
☆印は市販品のおやつを提供になります 野菜・肉・魚の産地はみほんの給食の上にご覧いただけます。

こんにちは!給食室です!

2日(火)に「とうもろこしの皮むき体験」、9日(火)に「すいか割り」を予定しています。
太陽の日差しをたっぷり浴びた夏野菜や果物がたくさん食べて元気に過ごしましょう!

