

平成29年度



給食予定献立表

アレルギー用

打瀬保育園

日	曜	食	おやつ	主な材料名		
				血・肉・骨になるもの	力や体温になるもの	体の調子を整えるもの
1	木	(未) ご飯 鮭の塩焼き 大根と胡瓜のごま酢和え 青りんごゼリー ホワイトグレープキャベツジュース	☆せんべい ☆ミニカップゼリー	鮭 油揚げ 醤油	米 白ごま (0.5g) 青りんごゼリー 三温糖 / ブチゼリー せんべい	大根 人参 胡瓜 ホワイトグレープキャベツジュース
2	金	ご飯 ボークチャップ (洋風だし) ブロッコリー パナナ 洋風スープ (じゃが芋・小松菜)	鶏そぼろおにぎり	豚もも肉 洋風だし / 鶏挽肉 醤油	米 植物油 じゃが芋 / 植物油 三温糖	人参 玉葱 ピーマン ブロッコリー 小松菜 パイン パナナ / 生姜
5	月	ご飯 豚肉の生姜焼き ひじきの煮物 オレンジ 清まし汁 (おくら・春雨)	米粉ジャムサンド	豚もも肉 醤油 油揚げ ひじき	米 三温糖 春雨 / 米粉パン ブルーベリージャム	大根 生姜 人参 グリンピース おくら オレンジ
6	火	ご飯 白身魚の風味焼き (バター除去) アスパラのお浸し 味噌汁 (なめこ・豆腐)	アレルギーケーキ (卵・乳不使用)	からすがれい 醤油 味噌 豆腐	米 ホールコーン 植物油 / 小麦粉 三温糖 植物油 シナモンアップルジャム	人参 玉葱 パセリ レモン アスパラ 人参 なめこ グレープフルーツ
7	水	冷やしうどん (卵なしハム除去) 蒸し南瓜 パナナ 野菜ジュース	ゆかりおにぎり	鶏挽肉 味噌 醤油	うどん 三温糖 胡瓜 白ごま (0.8g) / 米	長葱 生姜 胡瓜 人参 野菜ジュース パナナ / ゆかり
8	木	ご飯 春雨サラダ レバーの鉄火焼き パイン 担々スープ (チゲン菜・もやし・豚挽肉)	オープンポテト	鶏ささみ肉 鶏レバー 大豆水煮 醤油 味噌 豚挽肉	米 春雨 三温糖 ごま油 白ごま (1g) / じゃが芋 オリーブ油	キャベツ 胡瓜 人参 生姜 にんにく チンゲン菜 もやし パイン
9	金	ご飯 スープ煮 (バター・卵なしベーコン除去・洋風だし) 白インゲンの煮豆 パナナ	☆おたのしみおやつ	豚もも肉 洋風だし 白インゲン豆 醤油	米 じゃが芋 植物油 三温糖 / 米粉パン ジャム	人参 玉葱 キャベツ グリンピース パナナ
12	月	ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き 切干大根の煮付け トマト グレープフルーツ 清まし汁 (みつば・白玉麩)	アレルギーケーキ (卵・乳不使用)	鶏もも肉 味噌 油揚げ 醤油	米 白ごま (4g) 三温糖 白玉麩 / 小麦粉 三温糖 シナモンアップルジャム 植物油	切干大根 人参 トマト 小松菜 みつば グレープフルーツ / ココア
13	火	ご飯 鮭の塩焼き ほうれん草の白和え ピーチゼリー 味噌汁 (じゃが芋・玉葱)	米粉ジャムサンド	鮭 豆腐 味噌 醤油	米 糸こんにゃく 白ごま (2g) 三温糖 じゃが芋 ピーチゼリー / 米粉パン りんごジャム	ほうれん草 人参 玉葱
14	水	スバゲティインディアン (カレーの王子さま使用) さつま芋のポテトサラダ パナナ ミネストローネ (ウインナー・玉葱・人参・洋風だし)	中華おこわ (以) 牛乳	豚挽肉 カレーの王子さま ウインナー 洋風だし / 豚挽肉 醤油 (以) 牛乳	スバゲティ オリーブ油 さつま芋 卵なしマヨネーズ / 米 もち米 ごま油 三温糖	人参 玉葱 にんにく グリンピース 胡瓜 りんご パセリ パナナ / しいたけ 筍 人参
15	木	ご飯 鱈の南蛮漬け ブロッコリー オレンジ 清まし汁 (チンゲン菜・えのき茸)	オレンジゼリー ☆星たべよ	鱈 醤油	米 三温糖 植物油 / 星たべよ オレンジゼリー	人参 ピーマン 長葱 生姜 ブロッコリー チンゲン菜 えのき茸 オレンジ
16	金	ご飯 鶏肉のトマト煮 (洋風だし) 高野豆腐の含め煮 パナナ 味噌汁 (さつま芋・長葱)	枝豆 ☆ブチゼリー	鶏もも肉 洋風だし 醤油 豆乳 高野豆腐 味噌	米 じゃが芋 植物油 三温糖 さつま芋 / ブチゼリー	人参 玉葱 ブロッコリー 長葱 パナナ / 枝豆
19	月	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 白菜のコールスローサラダ オレンジ 味噌汁 (切干大根・油揚げ)	米粉ジャムサンド	鶏もも肉 醤油 油揚げ 味噌	米 マーマレード オリーブ油 三温糖 / 米粉パン りんごジャム	白菜 人参 レーズン 切干大根 オレンジ
20	火	ご飯 鮭の味噌パン粉焼き ピーマンとちくわの金平 グレープフルーツ 清まし汁 (豆腐・さやえんどう)	アレルギーケーキ (卵・乳不使用)	めかじき 味噌 ちくわ 醤油 豆腐	米 パン粉 白ごま (1g) 三温糖 三温糖 ごま油 植物油 / 三温糖 植物油 小麦粉 シナモンアップルジャム	パセリ ピーマン 人参 さやえんどう グレープフルーツ
21	水	焼きそば パナナ 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 (かぶ・かぶの葉)	チキンライス	豚挽肉 青のり 醤油 / 鶏挽肉	卵なし中華蒸し麺 植物油 三温糖 ごま油 / 米 植物油	玉葱 人参 キャベツ しいたけ かぶ ピーマン もやし チゲン菜 パナナ かぶの葉 / 人参 玉葱 グリンピース
22	木	ご飯 和風ハンバーグ 人参の甘煮 メロン 清まし汁 (白菜・人参)	さつま芋のオレンジ煮	豚挽肉 豆腐 醤油	米 パン粉 三温糖 / さつま芋 三温糖	玉葱 しめじ 人参 白菜 メロン / オレンジジュース
23	金	ご飯 チキンカレー (カレーの王子さま使用) ナムル パナナ	アセロラゼリー (みかん添え)	鶏もも肉 醤油 カレーの王子さま / アガー	米 じゃが芋 植物油 三温糖 ごま油 白ごま (0.9g)	人参 玉葱 もやし ほうれん草 パナナ / アセロラジュース みかん
26	月	ご飯 豚肉の味噌焼き 塩昆布の即席漬け オレンジ 清まし汁 (わかめ・玉葱)	米粉ジャムサンド	豚もも肉 テマリツヤ 味噌 塩昆布 わかめ 醤油	米 三温糖 / 米粉パン りんごジャム	キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 オレンジ
27	火	ご飯 ぶりの照り焼き 更紗炒め グレープフルーツ 味噌汁 (玉葱・さやえんどう)	アレルギーケーキ (卵・乳不使用)	ぶり 醤油 豚挽肉 味噌	米 三温糖 じゃが芋 植物油 / 小麦粉 三温糖 シナモンアップルジャム 植物油	生姜 人参 ピーマン 玉葱 さやえんどう グレープフルーツ
28	水	ご飯 麻婆豆腐 いんげんのごま和え パナナ 中華スープ (茄子・えのき茸)	☆コーンフレーク (チョコワ除去)	豆腐 豚挽肉 醤油 味噌 オイスター	米 ごま油 三温糖 白ごま (0.7g) 黒ごま (0.9g) / コーンフレーク	玉葱 長葱 たら 生姜 さやいんげん 茄子 人参 えのき茸 パナナ
29	木	ご飯 ハンバーグステーキ キャベツのごまネーズ和え オレンジ 洋風スープ (赤パプリカ・玉葱・パセリ)	芋羊羹	豚挽肉 豆腐 醤油 洋風だし / 粉寒天	米 ホールコーン 白ごま (1g) パン粉 卵なしマヨネーズ 三温糖 / さつま芋 三温糖	玉葱 人参 キャベツ 胡瓜 赤パプリカ パセリ オレンジ
30	金	ご飯 カレー肉じゃが 酢の物 パナナ 味噌汁 (なめこ・豆腐)	☆ビスケット (卵・乳不使用)	豚もも肉 醤油 わかめ 豆腐 味噌 / 牛乳	米 じゃが芋 三温糖 植物油 / ビスケット	人参 玉葱 グリンピース キャベツ 胡瓜 なめこ パナナ

《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
537	22	16	307	2

《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
560	23	15.4	255	2

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での提供になります。 野菜・肉・魚の産地は見本の給食の上に書いてありますのでご覧ください。

こんにちは、給食室です★

梅雨の季節になりました。  
6月9日はそんな、梅雨の時期にピッタリな生き物をイメージしたおやつを作ります。  
楽しみにしていてくださいな♪

