

平成29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 主食・汁・主菜・副菜・フルーツ	おやつ	主な材料名		
				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	火	ご飯 白身魚のソテー 焼き ピーマンと厚揚げの味噌炒め グレープ フルーツ 清まし汁(玉葱・冬瓜)	アレルギーケーキ	からすがいい 油揚げ 味噌 醤油	米 クリームコーン 卵なしマヨネーズ 三温糖 白ごま(1g) / 植物油 三温糖 小麦粉 マーメイドジャム	パセリ 玉葱 しめじ ビーマン 黄ピーマン 人参 冬瓜 グレープフルーツ
2	水	ご飯 麻婆豆腐 煮豆 バナナ 中華スープ(しめじ・かぶ)	とうもろこし	豆腐 豚挽肉 醤油 味噌 オイスターソース	米 ごま油 三温糖 白ごま(1g) / とうもろこし	玉葱 長葱 なら 生姜 しめじ かぶ 白いんげん豆 バナナ
3	木	冷しうどん(ハム除去) ブロッコリー オレンジ 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 白ごま(1g) / 米 白ごま(1g)	長葱 生姜 胡瓜 人参 ブロッコリー 野菜ジュース オレンジ / ゆかり
4	金	ご飯 旨煮 ほうれん草の白和え バナナ 味噌汁(玉葱・里芋)	☆オレンジゼリー ☆ぱりんこ	豚挽肉 生揚げ 醤油 豆腐 味噌	米 じゃが芋 植物油 三温糖 こんにゃく 白ごま(6g) 里芋 糸こんにゃく / せんべい オレンジゼリー	玉葱 人参 グリンピース ほうれん草 バナナ
7	月	ご飯 豚肉の味噌焼き ひじきの煮物 トマト オレンジ 清まし汁(わかめ・豆腐)	米粉ジャムサンド	豚もも肉 テマリツヤ 味噌 ひじき 油揚げ わかめ 豆腐 醤油	米 三温糖 / 米粉パン ブルーベリージャム	人参 グリンピース トマト オレンジ
8	火	ご飯 鱈の南蛮漬け ブロッコリー グレープフルーツ 味噌汁(玉葱・南瓜)	アレルギーケーキ	鱈 味噌 醤油	米 小麦粉 植物油 南瓜 三温糖 / マーメイドジャム 小麦粉 三温糖 植物油	赤ピーマン 黄ピーマン 長葱 生姜 ブロッコリー 玉葱 グレープフルーツ / オレンジジュース
9	水	ご飯 ミートローフ(牛乳・チーズ除去) しらたきの野菜炒め バナナ ミネストローネ(洋風だし)	小豆羊羹	豚挽肉 豆腐 オイスターソース 竹輪 洋風だし / こしあん 粉寒天	米 パン粉 押し麦 しらたき	玉葱 ミックスベジタブル ビーマン 人参 トマト バナナ
10	木	ご飯 キーマカレー(カレーの王子様使用) 酢味噌和え ジュース	☆コーンフレーク	豚挽肉 鶏ささみ わかめ 味噌 カレーの王子様	米 植物油 三温糖 ごま油 / コーンフレーク	人参 玉葱 ミックスベジタブル トマト 胡瓜 切り干し椎茸
山の日						
14	月	ご飯 鮭の塩焼き 五目豆 青りんごゼリー 清まし汁(春雨・おくら)	☆おたのしみおやつ	鮭 大豆 豚挽肉 醤油	米 三温糖 春雨 青りんごゼリー こんにゃく	人参 グリンピース おくら / チューベットアイス
15	火	ご飯 焼売 酢の物 パイン 中華スープ(白菜・豆腐)	米粉ジャムサンド	焼売 わかめ 醤油 豆腐	米 三温糖 / 米粉パン イチゴジャム	キャベツ 胡瓜 白菜 パイン
16	水	ご飯 タンドリーチキン(ヨーグルト除去) 春雨サラダ バナナ コンソメスープ(キャベツ・人参・パセリ)	アレルギーケーキ	豚もも肉 醤油 洋風だし	米 春雨 三温糖 ごま油 / 小麦粉 三温糖 植物油 マーメイドジャム	にんにく 生姜 胡瓜 キャベツ 人参 パセリ バナナ
17	木	焼きそば 水菜とツナのマヨサラダ すいか 中華スープ(小松菜・えのき)	ガーリックチャーハン	豚挽肉 ツナ 青のり / ウィンナー 醤油	中華蒸し麺 植物油 ホールコーン 卵なしマヨネーズ / 米 植物油	玉葱 人参 キャベツ ししとう ビーマン もやし 水菜 小松菜 えのき すいか / にんにく 人参 玉葱 ビーマン
18	金	ご飯 八宝菜 蒸し南瓜 バナナ オイスターソース(チンゲン菜・しめじ)	オレンジゼリー ☆星たべよ	豚もも肉 オイスターソース 醤油	米 植物油 ごま油 南瓜 / オレンジゼリーの素 星たべよ	人参 玉葱 白菜 筍 ししとう ビーマン チンゲン菜 しめじ バナナ
21	月	ご飯 鶏の葱塩焼き 塩昆布の即席漬け オレンジ 味噌汁(小松菜・油揚げ)	米粉ジャムサンド	鶏もも肉 醤油 塩昆布 油揚げ 味噌	米 ごま油 / いちごジャム 米粉ジャムサンド	長葱 キャベツ 胡瓜 人参 小松菜 オレンジ
22	火	ご飯 鯖の西京焼き インゲンともやしの胡麻酢和え 梨 清まし汁(なら・春雨)	アレルギーケーキ	鯖 味噌 醤油	米 三温糖 白ごま(1g) 春雨 / 植物油 小麦粉 三温糖 いちごジャム	もやし 人参 さやいんげん なら 梨
23	水	ご飯 回鍋肉 チンゲン菜の中華和え(ハム除去) バナナ 中華スープ(カブ・カブの葉)	きなこマカロニ	豚もも肉 醤油 味噌 オイスターソース / きな粉 マカロニ	米 植物油 三温糖 ごま油 片栗粉 / 三温糖	キャベツ 人参 ビーマン なら 生姜 にんにく チンゲン菜 もやし カブ カブの葉 バナナ
24	木	ご飯 ハンバーグステーキ 小松菜とかまぼこの梅和え 味噌汁(茄子・玉葱)	ふかし芋	豚挽肉 豆腐 かまぼこ 醤油 刻みのみ 味噌	米 パン粉 / さつま芋	玉葱 人参 小松菜 梅肉 茄子 玉葱 オレンジ
25	金	ご飯 夏野菜カレー(カレーの王子様使用) ナムル ジュース	お麩ラスク	豚もも肉 カレーの王子様 醤油	米 じゃが芋 南瓜 植物油 三温糖 ごま油 白ごま(1g) / お麩 植物油 グラニュー糖	人参 玉葱 スズキニ もやし 人参 ほうれん草 パインキャロット
28	月	ご飯 豚肉のケチャップ焼き サラダ オレンジ 清まし汁(みつ葉・豆腐)	米粉ジャムサンド	豚もも肉 醤油 豆腐	米 / 米粉パン ももジャム	白菜 胡瓜 人参 みつ葉 オレンジ
29	火	ご飯 鮭のミラノ風焼き(洋風だし) ブロッコリー グレープフルーツ 味噌汁(なめこ・長葱)	アレルギーケーキ	鮭 洋風だし 醤油	米 オリーブ油 / 小麦粉 植物油 三温糖 いちごジャム	トマト 玉葱 スズキニ 黄ピーマン ブロッコリー なめこ 長葱 グレープフルーツ
30	水	茄子のミートスパゲティ(チーズ除去) 南瓜のサラダ コンソメスープ(じゃが芋・玉葱) バナナ	わかめおにぎり	豚挽肉 味噌 洋風だし / わかめ	スパゲティ オリーブオイル 南瓜 卵なしマヨネーズ / 米	茄子 玉葱 人参 グリンピース トマト ほうれん草 胡瓜 レーズン バナナ
31	木	ご飯 豚肉のお酢炒め 高野豆腐の含め煮 デラウェア 味噌汁(キャベツ・もやし)	いとこ煮	豚もも肉 醤油 高野豆腐 味噌 / 小豆 醤油	米 三温糖 / 南瓜	スズキニ 玉葱 しめじ 黄ピーマン 赤ピーマン にんにく 生姜 キャベツ もやし デラウェア

《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
525	20.9	15.7	288	1.8

《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
557	21.9	15.7	250	1.9

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。
☆印は市販品のおよつの提供になります。 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。
8/2にとうもろこしの皮むき体験を予定しています。
各クラスで子どもたちに皮をむいてもらい、おやつで提供します。

