

平成30年度



給食予定献立表

アレルギー用

幼保連携型認定こども園打瀬保育園

日	曜	昼食	おやつ	主な材料名		
		主食・汁・主菜・副菜・フルーツ		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	ご飯 ハンバーグステーキ 粉吹き芋 いよかん ミネストローネ(押し麦・人参・玉葱・洋風だし)	☆ばりんこ ☆プチゼリー	豚挽肉 豆腐 青のり 洋風だし	米 パン粉 じゃが芋 押し麦 / フチゼリー せんべい	玉葱 人参 いよかん
2	金	ご飯 ハッシュドポーク(ハヤシの王子さま使用) 豆サラダ パナナ	鬼さんケーキ	豚もも肉 ハヤシの王子さま ミックスビーンズ	米 オリーブ油 三温糖 / 米粉カップケーキ いちごジャム (以)とんがりコーン	しめじ えのき茸 しいたけ 玉葱 人参 キャベツ 胡瓜 パナナ
5	月	ご飯 豚肉の生姜焼き 水菜のサラダ(じゃこ除去) オレンジ 味噌汁(油揚げ・切干大根)	米粉ジャムサンド	豚もも肉 醤油 油揚げ 味噌	米 オリーブ油 / 米粉パン ジャム	大根 生姜 水菜 人参 切干大根 オレンジ
6	火	ご飯 鯖の照り焼き れんごんの金平 グレープフルーツ 清まし汁(菜の花・豆腐)	アレルギーケーキ	鯖 醤油 豚挽肉 豆腐	米 三温糖 植物油 白ごま(1g) ごま油 / 小麦粉 マーメレードジャム 三温糖 植物油	生姜 人参 れんごん 菜の花 グレープフルーツ
7	水	帆立のクリームスパゲティ(洋風だし) 白菜のコールスローサラダ パナナ コンソメスープ(じゃが芋・玉葱)	おかかおにぎり	帆立貝 豆乳 洋風だし / 削り節	スパゲティ オリーブ油 ホールコーン 三温糖 じゃが芋 / 米	玉葱 しめじ パセリ 白菜 人参 レーズン パナナ
8	木	ご飯 鶏肉の唐揚げ さつまいもポテトサラダ パイン 中華スープ(白菜・しめじ)	ゆかりおにぎり (以)(ラップおにぎり)	醤油 鶏もも肉	米 植物油 さつまいも 卵なしマヨネーズ / 米	生姜 胡瓜 人参 りんご 白菜 しめじ パイン / ゆかり
9	金	ご飯 石狩汁(鮭除去) カリフラワーのマリネ パナナ	さつまいもクラッカー	生揚げ 味噌	米 じゃが芋 植物油 オリーブ油 三温糖 / クラッカー 三温糖 さつまいも マーメレードジャム	白菜 人参 大根 長葱 ほうれん草 カリフラワー パナナ / オレンジジュース
12	月	振替休日				
13	火	ご飯 白身魚のコーンマヨネーズ焼き 即席漬(胡麻) オレンジ 味噌汁(豆腐・わかめ)	シュガーラスク	カラスガレイ 豆腐 味噌 わかめ	米 クリームコーン 卵なしマヨネーズ 白ごま(1g) / 米粉パン グラニュー糖 植物油	パセリ キャベツ 胡瓜 人参 オレンジ
14	水	ロールパン(卵・乳) クリームシチュー (ベーコン除去・シチューの王子さま使用) 菜の花の胡麻和え 青りんごゼリー	さつまいも茶巾	鶏もも肉 醤油 シチューの王子さま	ロールパン じゃが芋 植物油 三温糖 白ごま(2g) 青りんごゼリー / さつまいも 三温糖	人参 玉葱 パセリ 菜の花 キャベツ
15	木	ご飯 (以)ささみの衣揚げ (未)鶏肉のつけ焼き 磯和え いよかん オイスタースープ(チンゲン菜・しめじ)	おかかマヨおにぎり	(以)鶏ささみ (未)鶏もも肉 海苔 オイスターソース 醤油 / 削り節 醤油	米 小麦粉 植物油 三温糖 / 米 卵なしマヨネーズ	ほうれん草 キャベツ 人参 チンゲン菜 しめじ いよかん
16	金	ご飯 鮭ハンバーグ ブロッコリー パナナ 清まし汁(小松菜・えのき茸)	アレルギーケーキ	鮭 豆腐 醤油	米 パン粉 植物油 卵なしマヨネーズ / 小麦粉 三温糖 マーメレードジャム 植物油	玉葱 ブロッコリー 小松菜 えのき茸 パナナ
19	月	ご飯 鶏肉の西京焼き 和風サラダ オレンジ 清まし汁(豆苗・大根)	米粉ジャムサンド	鶏もも肉 味噌 わかめ 醤油	米 三温糖 ホールコーン / 米粉パン ジャム	キャベツ 胡瓜 人参 豆苗 大根 オレンジ / 人参 玉葱
20	火	ご飯 鯖のタルタルソース風 野菜ソテー グレープフルーツ 味噌汁(長葱・南瓜)	アレルギーケーキ	鯖 醤油 味噌	米 卵なしマヨネーズ クリームコーン ホールコーン 植物油 南瓜 / 植物油 小麦粉 三温糖 マーメレードジャム	玉葱 パセリ 人参 しいたけ ビーマン 長葱 キャベツ グレープフルーツ
21	水	ご飯 ポークカレー(カレーの王子さま使用) ナムル ジュース	コーン塩ラーメン	豚もも肉 カレーの王子さま 醤油 / 豚挽肉 醤油	米 じゃが芋 植物油 三温糖 ごま油 白ごま(1g) / 卵なし中華種 ホールコーン ごま油 白ごま(1g)	人参 玉葱 もやし ほうれん草 白アドウ&ほうれん草ジュース / にんにく もやし
22	木	ご飯 根菜ハンバーグ(人参・アスパラ・バター除去) ブロッコリー いよかん 味噌汁(わかめ・なめこ)	オープンポテト	豆腐 鶏挽肉 味噌 わかめ 醤油	米 / じゃが芋 オリーブ油	れんごん 人参 山芋 長葱 ブロッコリー いよかん なめこ
23	金	焼きそば 金時豆 パナナ 中華スープ(小松菜・ホールコーン)	チキンライス	豚挽肉 青のり 金時豆 / 鶏挽肉	卵なし中華蒸し麺 植物油 三温糖 ホールコーン / 米 植物油	玉葱 人参 しいたけ ビーマン もやし 小松菜 パナナ キャベツ / 玉葱 人参 グリンピース
26	月	ご飯 味噌マヨチキン 春雨サラダ オレンジ 清まし汁(白玉麩・万能葱)	米粉ジャムサンド	鶏もも肉 味噌 醤油 オイスターソース	米 三温糖 卵なしマヨネーズ 春雨 三温糖 ごま油 白玉麩 / 米粉パン ジャム	キャベツ 胡瓜 人参 万能葱 オレンジ
27	火	ご飯 鯖のカレームニエル(バター除去) しらたきの野菜炒め グレープフルーツ 豚汁(豚挽肉・大根・人参・里芋)	☆アレルギーなしクッキー	めかじき 醤油 ちくわ オイスターソース 味噌 豚挽肉	米 小麦粉 里芋 しらたき / クッキー	ビーマン 人参 大根 グレープフルーツ
28	水	ご飯 麻婆豆腐 さつまいものオレンジ煮 パナナ 中華スープ(かぶ・かぶの葉)	わかめおにぎり	豆腐 豚挽肉 醤油 味噌 オイスターソース / わかめ	米 ごま油 三温糖 白ごま(1g) さつまいも / 米	玉葱 長葱 いら 生姜 パナナ オレンジジュース かぶ かぶの葉

《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
534	20.8	17.5	246	1.7

《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
589	23.1	19	232	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提供になります。 野菜・肉・魚の産地は見本の給食の上書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

今月は節分・バレンタインデーと行事食が2回あります。
目で楽しんで、美味しく味わって、季節を感じてもらえると嬉しいです。

