

令和 4年度



給食予定献立表

アレルギー児用

幼保連携型認定こども園打瀬保育園

令和 4年 8月 29日発行

日 曜	風 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	ごはん 春雨サラダ レバーの風味焼き パイン 清まし汁 (白菜・しめじ)		クラッカー あんサンド (未・以)牛乳	ロースハム 醤油 鶏しバー / 牛乳 抹茶あん	米 春雨 三温糖 ごま油 白ごま / クラッカー	キャベツ 胡瓜 人参 生姜 にんにく 長葱 白菜 しめじ パイン
2 金	ごはん アレルギー豆腐キーマカレー ほうれん草と竹輪の胡麻和え ジュース		手作りぶどうゼリー ゆかりおにぎり	豆腐 豚挽肉 アレルギールウ 竹輪 醤油	米 植物油 白ごま 三温糖 ジュース / ぶどうゼリーの素 米	人参 玉葱 ビーマン ほうれん草 / ゆかり
5 月	ごはん 豚肉のねぎ味噌焼き 切干大根のツナマヨ和え オレンジ 清まし汁 (三つ葉・白玉麩)		米粉セサミサンド (未・以)牛乳	豚もも肉 テンメンジャン 醤油 味噌 ツナ / 牛乳	米 卵なしマヨネーズ 三温糖 白玉麩 / 米粉パン 黒ごまクリーム	長葱 生姜 にんにく 切干大根 人参 胡瓜 三つ葉 オレンジ
6 火	ごはん 白身魚のカレークリームソースかけ(乳製品除去) ブロッコリー グレープフルーツ 味噌汁 (里芋・万能葱)		アレルギーケーキ (未・以)牛乳	カラスカレイ 味噌 / 牛乳	米 里芋 / 小麦粉 植物油 三温糖	ブロッコリー 万能葱 グレープフルーツ
7 水	あんかけそば 蒸し南瓜 パナナ 中華スープ (チンゲン菜・冬瓜)		きつねごはん (以) ☆かみかみ昆布	豚もも肉 醤油 三温糖 / 油揚げ 醤油 / (以) かみかみ昆布	卵なし中華蒸し麺 植物油 三温糖 南瓜 / 米 三温糖 白ごま	キャベツ 人参 もやし 玉葱 えのき茸 チンゲン菜 冬瓜 パナナ / 人参
8 木	ごはん 鶏肉の唐揚げ チンゲン菜ともやしのナムル 梨 コンソメスープ (冬瓜・いんげん)		☆ゼリー	鶏もも肉 醤油 洋風だし / 牛乳	米 植物油 ごま油 白ごま / ゼリー	生姜 チンゲン菜 もやし 人参 にんにく 冬瓜 いんげん 梨
9 金	ごはん アレルギーカレー 酢味噌和え ジュース		☆アレルギークッキー (未・以)牛乳	豚もも肉 アレルギールウ 鶏ささみ わかめ 味噌 / 牛乳	米 三温糖 ごま油 ジュース / アレルギークッキー	しめじ えのき茸 しいたけ 玉葱 人参 胡瓜 トマト
12 月	ごはん 鶏肉の香味焼き 水菜とじゃこのサラダ オレンジ 清まし汁 (玉葱・わかめ)		米粉ジャムサンド (未・以)牛乳	鶏もも肉 醤油 じゃこ わかめ / 牛乳	米 三温糖 オリーブ油 / 米粉パン いちごジャム	にんにく 生姜 水菜 人参 玉葱 オレンジ
13 火	ごはん 魚の照り焼き 南瓜サラダ グレープフルーツ 味噌汁 (ナス・油揚げ)		きなこお麩ラスク (未・以)牛乳	マンダイ 醤油 油揚げ 味噌 / 牛乳 きな粉	米 三温糖 卵なしマヨネーズ 南瓜 / お麩 植物油 グラニュー糖	生姜 胡瓜 人参 レーズン 茄子 グレープフルーツ
14 水	ガリパタチキンのソース焼うどん(バター除去) チンゲン菜とツナの胡麻酢和え パナナ 中華スープ (しめじ・豆腐)		おかかマヨおにぎり (以)牛乳	鶏もも肉 醤油 ツナ わかめ 豆腐 / (以)牛乳 削り節 醤油	うどん 白ごま 三温糖 / 米 卵なしマヨネーズ	キャベツ 玉葱 人参 にんにく チンゲン菜 しめじ パナナ
15 木	ごはん 鱈のさんが焼き 人参甘煮 オレンジ コンソメスープ (キャベツ・玉葱・パセリ)		ふかし芋 (未・以)牛乳	鱈すり身 味噌 豆腐 醤油 洋風だし / 牛乳	米 三温糖 パン粉 / さつま芋	生姜 しその葉 長葱 玉葱 キャベツ パセリ オレンジ
16 金	アレルギーロールパン(未) フチパン(以) ポークピーンズ ジュース さやいんげんとコーンのソテー		おはぎ	大豆 豚もも肉 洋風だし 醤油 / きな粉 こしあん	アレルギーロールパン(未) フチパン(以) じゃが芋 植物油 三温糖 ジュース / 米 もち米 三温糖	玉葱 人参 いんげん ホールコーン
19 月	敬老の日					
20 火	ごはん ぶりの照り焼き ぶどう豆 グレープフルーツ 味噌汁 (切干大根・わかめ)		ゆかりおにぎり (未・以)牛乳	ぶりの照り焼き 大豆 刻み昆布 醤油 わかめ 味噌 / 牛乳	米 三温糖 / 米	レーズン 人参 切干大根 グレープフルーツ / ゆかり
21 水	ナポリタン 白菜のコールスローサラダ パナナ コンソメスープ (小松菜・クリームコーン)		しめじごはん (以) ☆ほりほり小魚	ベーコン ウインナー 洋風だし / 油揚げ 醤油 (以) ほりほり小魚	スパゲティ オリーブ油 三温糖 クリームコーン / 米	人参 玉葱 ビーマン 白菜 レーズン 小松菜 パナナ / しめじ 人参 しいたけ グリンピース
22 木	ごはん 秋野菜ソースのハンバーグ 粉吹き芋 オレンジ 清まし汁 (おくら・春雨)		☆味しらべ ☆フチゼリー (未・以)牛乳	豚挽肉 豆腐 洋風だし 青のり 醤油 / 牛乳	米 パン粉 オリーブ油 じゃが芋 春雨 / 味しらべ フチゼリー	人参 玉葱 茄子 しめじ 赤ビーマン 黄ビーマン おくら オレンジ
23 金	秋分の日					
26 月	ごはん タンドリーチキン (ヨーグルト除去) マカロニサラダ オレンジ コンソメスープ (人参・玉葱・パセリ)		米粉ジャムサンド (未・以)牛乳	豚もも肉 洋風だし / 牛乳	マカロニ 卵なしマヨネーズ / 米粉パン フルーベリージャム	にんにく 生姜 キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 パセリ オレンジ
27 火	ごはん 鮭の味噌チヌ焼き (クリームチーズ除去) ブロッコリーと竹輪の梅おかか和え グレープフルーツ ミネストローネ(じゃが芋・ズッキーニ・玉葱)		アレルギーケーキ (未・以)牛乳	鮭 味噌 竹輪 削り節 醤油 洋風だし / 牛乳	卵なしマヨネーズ じゃが芋 / 小麦粉 三温糖 植物油	玉葱 レモン パセリ ブロッコリー 梅肉 ズッキーニ グレープフルーツ
28 水	カバオ風ライス さつま芋レモン煮 パナナ 中華スープ (カブ・カブの葉)		しらすとわかめのおにぎり	豚挽肉 醤油 おろし / しらす干し ワカメごはんの素	米 植物油 三温糖 ごま油 さつま芋 / 米	赤ビーマン 黄ビーマン ビーマン 玉葱 しめじ にんにく 生姜 レモン カブ カブの葉 パナナ
29 木	ごはん 鶏肉のおろし焼き 即席漬(ごま) グレープフルーツ 清まし汁 (豆腐・わかめ)		ゆかりおにぎり (未・以)牛乳	鶏もも肉 醤油 豆腐 わかめ / 牛乳	米 白ごま / 米	大根 生姜 キャベツ 胡瓜 人参 グレープフルーツ / ゆかり
30 金	ごはん 親子煮(卵除去) お浸し 黄桃 味噌汁 (さつま芋・長葱)		レーズンロック クッキー (未・以)牛乳	鶏もも肉 醤油 のり 削り節 味噌 / 牛乳	米 植物油 三温糖 さつま芋 / 小麦粉 植物油 三温糖 コーンフレーク	人参 玉葱 しめじ グリンピース ほうれん草 キャベツ 長葱 黄桃 / レーズン

≪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
512	20	16.8	242	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
556	21.6	16.9	204	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を提供になります。 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。