

令和 5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 6年 2月 28日発行

日	曜	屋 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	力や体温になるもの	体の調子を整えるもの	
1	金	アレルギーロールパン 菜の花のアレルギーシチュー 春野菜のサラダ みかん	いちごゼリー	鶏もも肉 ベーコン アレルギールウ 帆立 / 牛乳	アレルギーロールパン ジャが芋 植物油 ホールコーン オリーブ油 / いちごゼリーの素	人参 玉葱 菜花 キャベツ アスパラガス みかん / 黄桃	
4	月	ごはん 豚肉のケチャップ焼き 切干大根のサラダ オレンジ 味噌汁 (キャベツ・油揚げ)	米粉ジャムサンド (未・以) 牛乳	豚もも肉 醤油 油揚げ 味噌 / 牛乳	米 ごま油 三温糖 / 米粉パン マーメレードジャム	切干大根 胡瓜 人参 キャベツ オレンジ	
5	火	ごはん さわらの西京焼き ほうれん草の白和え グレープフルーツ 清まし汁 (わかめ・菜花)	ワカメおにぎり (未・以) 牛乳	さわら 味噌 豆腐 醤油 わかめ / 牛乳 わかめごはんの素	米 三温糖 糸こんにゃく 白ごま / 米	ほうれん草 人参 菜花 グレープフルーツ	
★	6	水	ミートソースパグティ 花野菜のマリネ パナナ コンソメスープ (玉葱・じゃが芋・パセリ)	ツナと塩昆布の おにぎり (以) ☆ほりほり小魚	豚挽肉 味噌 洋風だし / ツナ 塩昆布 醤油 (以) ほりほり小魚	スパゲティ オリーブ油 三温糖 ジャが芋 / 米	人参 玉葱 グリンピース カリフラワー ブロッコリー パセリ パナナ
7	木	ごはん 鶏肉の唐揚げ マカロニカレーマヨサラダ いよかん 中華スープ (もやし・にら)	☆アレルギークッキー (未・以) 牛乳	鶏もも肉 醤油 ツナ 洋風だし / 牛乳	米 植物油 卵なしマヨネーズ マカロニ ホールコーン / アレルギークッキー	生姜 人参 ほうれん草 もやし にら いよかん	
8	金	アレルギーロールパン ハンバーグ 白菜のコールスローサラダ パナナ コンソメスープ (かぶ・かぶの葉・ベーコン)	☆ばりんこ (未・以) ジュース	豚挽肉 豆腐 ベーコン 洋風だし	アレルギーロールパン パン粉 オリーブ油 三温糖 / ジュース ばりんこ	玉葱 人参 白菜 レーズン かぶ かぶの葉 パナナ	
11	月	ごはん 鶏肉の胡麻味噌焼き 水菜と竹輪のサラダ オレンジ コンソメスープ (白菜・人参)	のり塩お麩ラスク (未・以) 牛乳	鶏もも肉 味噌 醤油 竹輪 塩昆布 洋風だし / 牛乳 青のり	米 白ごま 三温糖 / お麩 植物油	水菜 人参 白菜 オレンジ	
12	火	ごはん いなだの照り焼き 更紗炒め ブチゼリー 味噌汁 (小松菜・生揚げ)	米粉ジャムサンド (未・以) 牛乳	いなだ 醤油 豚挽肉 生揚げ 味噌 / 牛乳	米 三温糖 ジャが芋 植物油 ブチゼリー / 米粉パン イチゴジャム	生姜 人参 ピーマン 小松菜 / いちご	
13	水	ごはん 八宝菜 (以・えび) 蒸し南瓜 パナナ わかめスープ (わかめ・もやし・ごま)	おかかおにぎり (未・以) 牛乳	豚もも肉 (以) えび 醤油 わかめ / 牛乳 削り節 醤油	米 植物油 ごま油 南瓜 白ごま / 米	人参 玉葱 白菜 筍 椎茸 ピーマン もやし パナナ	
14	木	ごはん 春雨サラダ レバーの味噌焼き みかん 清まし汁 (えのき・三つ葉)	オープンポテト (未・以) 牛乳	鶏ささみ 醤油 鶏レバー 味噌 / 牛乳	米 春雨 三温糖 ごま油 白ごま / ジャが芋 オリーブ油	キャベツ 胡瓜 人参 生姜 にんにく えのき 三つ葉 みかん	
15	金	ごはん 焼売 (未) 春巻き (以) ブロッコリーのおかか和え 黄桃 中華スープ (キャベツ・にら)	☆ゼリー ☆味しらべ	焼売 豚挽肉 醤油 醤油 削り節	米 春巻きの皮 春雨 ごま油 植物油 小麦粉 / ゼリー 味しらべ	椎茸 筍 にら 人参 もやし ブロッコリー キャベツ にら 黄桃	
18	月	ごはん 豚肉の生姜焼き 切干大根の中華炒め オレンジ 清まし汁 (白玉麩・万能葱)	米粉ジャムサンド (未・以) 牛乳	豚もも肉 醤油 / 牛乳	米 ごま油 白玉麩 / 米粉パン マーメレードジャム	大根 生姜 切干大根 豆苗 人参 万能葱 オレンジ	
19	火	焼きそば 金時豆 パナナ 中華スープ (春雨・にら)	二色ぼたもち	豚挽肉 青のり 金時豆 / きな粉 醤油	卵なし中華蒸し麺 植物油 三温糖 春雨 / 米 もち米 三温糖 黒ごま	玉葱 人参 キャベツ 椎茸 ピーマン もやし にら パナナ	
20	水	春分の日					
21	木	ごはん 鮭のタルタルソース風 ブロッコリー グレープフルーツ コンソメスープ (小松菜・人参)	アレルギーケーキ (未・以) 牛乳	鮭 ベーコン 洋風だし / 牛乳	米 卵なしマヨネーズ ホールコーン クリームコーン / 三温糖 小麦粉 植物油	玉葱 パセリ ブロッコリー 小松菜 人参 グレープフルーツ	
22	金	ごはん 豚肉のきのこ焼き 人参甘煮 みかん 味噌汁 (なめこ・長葱)	ゆかりおにぎり (未・以) 牛乳	豚もも肉 醤油 味噌 / 牛乳	米 植物油 三温糖 / 米	生姜 しめじ えのき 椎茸 玉葱 人参 なめこ 長葱 みかん / ゆかり	
25	月	ごはん 鶏肉のおろし焼き 即席漬 (ゆかり) オレンジ 味噌汁 (油揚げ・小松菜)	米粉ジャムサンド (未・以) 牛乳	鶏もも肉 醤油 油揚げ 味噌 / 牛乳	米 / 米粉パン イチゴジャム	大根 生姜 キャベツ 胡瓜 人参 ゆかり 小松菜 オレンジ	
26	火	ごはん 鮭の味噌パン粉焼き 梅肉のおかか和え グレープフルーツ 清まし汁 (豆腐・わかめ)	さつま芋茶巾 (未・以) 牛乳	めかじき 味噌 削り節 豆腐 わかめ / 牛乳	米 パン粉 三温糖 / さつま芋 三温糖	パセリ ほうれん草 白菜 人参 梅肉 グレープフルーツ	
27	水	ごはん 麻婆豆腐 さつま芋の重ね煮 パナナ 中華スープ (かぶ・かぶの葉)	中華おこわの おにぎり (以) ☆かみかみ昆布	豆腐 豚挽肉 醤油 味噌 イスターソース / 豚挽肉 醤油 (以) かみかみ昆布	米 ごま油 三温糖 白ごま さつま芋 / 米 もち米 ごま油 醤油	玉葱 長葱 にら 生姜 りんご レーズン かぶ かぶの葉 パナナ / 椎茸 筍 人参	
28	木	ごはん 鶏肉のつくね焼 小松菜とコーンのソテー パイン コンソメスープ (キャベツ・玉葱・パセリ)	アレルギーケーキ (未・以) 牛乳	鶏挽肉 醤油 洋風だし / 牛乳	米 三温糖 ホールコーン 植物油 / 小麦粉 三温糖 植物油	長葱 人参 生姜 小松菜 キャベツ 玉葱 パセリ パイン	
29	金	ごはん アレルギーポークカレー ピクルス ジュース	味噌ラーメン	豚もも肉 アレルギールウ / 帆立 豚挽肉 味噌 醤油	米 ジャが芋 植物油 三温糖 ジュース / 卵なし中華生麺 植物油 ホールコーン ごま油 白ごま	人参 玉葱 大根 胡瓜 / にら 人参 もやし 長葱 にんにく	

★6日 にじ組は遠足のためおやつのみ提供となります。

≪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
511	20.1	17.3	250	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
545	21.3	17	201	2.1

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のみ提供になります。 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。