

2022年10月

…除去食材

…代替食材

アレルギーチェック献立表

3時まで、発注後、食材確認して提供します。きらきらキッズ(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名	卵、乳
1 土	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	午後おやつ	● 牛乳 揚げせんべいB	◎牛乳【乳】 揚げせんべいB	
3 月	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	屋の王子さま
	昼食	カレーライス レタスとハムのサラダ 果物 お茶	米、豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、にんにく、油、カレールウ、砂糖、しょうゆ、食塩、水 キャベツ、レタス、きゅうり、ロースハム、酢、油、砂糖、食塩、こしょう りんご 茶、水	
	午後おやつ	● 牛乳 ウエハース	◎牛乳【乳】 ウエハース 4P+2P	
4 火	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	● ロールパン レバーの甘辛煮 ● もやしの酢みそあえ 果物 牛乳	◎ロールパン【卵、乳】 牛レバー、片栗粉、油、たまねぎ、じゃがいも、油、しょうが、砂糖、しょうゆ、水 もやし、きゅうり、◎かまぼこ【卵】、砂糖、しょうゆ、酢、みそ なし 茶	
	午後おやつ	お茶 ● クリームサンドビスケット	茶、水 ◎ビスコ【乳】	
5 水	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	ごはん 魚のごまみそ焼き 青菜ときのこのあえもの けんちん汁 お茶	米、押麦 あかうお(切身)、油、みそ、砂糖、みりん風調味料、ごま こまつな、しめじ、からあげ(松山あげ)、削りぶし、しょうゆ だいこん、ささがきごぼう、焼き豆腐、糸こんにゃく、にんじん、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干し(だし用)、水、ねぎ 茶、水	
	午後おやつ	● 牛乳 カステラ	◎牛乳【乳】 カステラ 6P+2P+ホットケーキ	
6 木	午前おやつ	オレンジジュース	オレンジ天然果汁	
	昼食	ごはん 八宝菜 ● ブロッコリーのごまあえ 果物 お茶	米 豚肉(もも)、はくさい、たまねぎ、にんじん、ピーマン、砂糖、しょうゆ、食塩、油、水、ごま油、片栗粉、水 ブロッコリー、◎ちくわ【卵】、すりごま、しょうゆ バナナ 茶、水	
	午後おやつ	● 牛乳 ● ゴーフレット	◎牛乳【乳】 ◎ゴーフレット【卵、乳】	
7 金	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	午後おやつ	お茶 いも菓子	茶、水 いもがし	
8 土	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	ごはん 大豆入り磯煮 ● おひたし トマト お茶	米 干しひじき、鶏もも肉、だいこん(ゆで)、にんじん、糸こんにゃく、からあげ(松山あげ)、油、砂糖、しょうゆ、水 キャベツ、こまつな、◎かまぼこ【卵】、すりごま、しょうゆ、削りぶし トマト 茶、水	
	午後おやつ	● 牛乳 サブレ	◎牛乳【乳】 サブレ	
11 火	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	● ロールパン 豆腐団子の空揚げ ● ひじきのごまネーズ ● わかめと卵のスープ お茶	◎ロールパン【卵、乳】 押し豆腐、合挽肉、小麦粉、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、油 干しひじき、きゅうり、すりごま、砂糖、しょうゆ、●マヨネーズ【卵】 わかめ(乾)、干ししいたけ、たまねぎ、◎コンソメ【卵】、しょうゆ(うすくち)、水、●卵【卵】 茶、水	
	午後おやつ	● 牛乳 ● だいこんもち	◎牛乳【乳】 だいこん、◎ベーコン【卵】、ねぎ、小麦粉、片栗粉、食塩、ごま油 砂糖、しょうゆ、水、片栗粉	
12 水	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	ごはん 豚肉とたまねぎのケチャップ煮 はくさいの甘酢あえ パイン缶 お茶	米 豚肉(もも)、たまねぎ、ピーマン、油、砂糖、ケチャップ、食塩、こしょう、水 はくさい、きゅうり、わかめ(乾)、ちりめん、砂糖、しょうゆ、酢 パイン缶 茶、水	
	午後おやつ	● 牛乳 塩せんべい	◎牛乳【乳】 塩せんべい	

13 木	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
昼食	ごはん	米	
	● クリームシチュー はくさいのごま酢あえ トマト お茶	鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、水、クリームシチューの素、食塩、こしょう、◎牛乳【乳】、グリンピース(冷凍) はくさい、ほうれんそう、コーン(冷凍)、砂糖、しょうゆ、酢、すりごま トマト 茶、水	
午後おやつ	お茶	茶、水	
	おにぎり	米、押麦、ゆかり、味付けのり <i>きざみのり</i>	
14 金	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
昼食	● ロールパン 魚のムニエル さといものそぼろ煮 ● 野菜スープ お茶	◎ロールパン【卵、乳】 サーモン(切身)、食塩、こしょう、小麦粉、油 洗いさといも、鶏ひき肉、グリンピース(冷凍)、油、砂糖、しょうゆ、食塩、水、片栗粉、水 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、干しこいたけ、しょうゆ(うすくち)、◎コンソメ【乳】、●脱脂粉乳【乳】、水 茶、水	
	午後おやつ	お茶 焼きそば	茶、水 焼きそばめん、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、キャベツ、食塩、油、焼きそばソース
15 土	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
昼食	ごはん 鶏肉の甘辛炒め 中華風酢物 お茶 みかん缶	米 鶏もも肉、たまねぎ、ピーマン、ねぎ、油、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料 きゅうり、チンゲンサイ、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油 茶、水 みかん缶	
	午後おやつ	● 牛乳 グラッカー	◎牛乳【乳】 グラッcker
17 月	午前おやつ	野菜・果物ジュース	野菜・果物ジュース
昼食	ビビンバ丼 きゅうりとわかめの酢物 果物 お茶	米、合挽肉、油、こまつな、もやし、にんじん、砂糖、しょうゆ、食塩、ごま油、ごま きゅうり、わかめ(乾)、コーン(冷凍)、砂糖、しょうゆ、酢 バナナ 茶、水	
	午後おやつ	● 牛乳 ● チーズ入り蒸レパン	◎牛乳【乳】 ◎ホットケーキ粉【卵】、●脱脂粉乳【乳】、◎牛乳【乳】、◎チーズ(固形)【乳】
18 火	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
昼食	ロールパン 魚のレモン煮 ● ポテサラダ ● レタスのスープ お茶	ロールパン あかうお(切身)、食塩、こしょう、片栗粉、油、レモン(果汁のみ使用)、砂糖、しょうゆ、水 じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、●マヨネーズ【卵】、食塩、こしょう レタス、しめじ、◎ベーコン【卵】、チンゲンサイ、◎コンソメ【乳】、しょうゆ(うすくち)、水、●脱脂粉乳【乳】 茶、水	
	午後おやつ	お茶 焼きそば	茶 焼きそばめん、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、キャベツ、食塩、油、焼きそばソース
19 水	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
昼食	さつまいもごはん ● ささみかつ グリーンフレンチサラダ 果物 お茶	米、さつまいも、食塩、ごま 鶏ささ身、食塩、こしょう、小麦粉、●卵【卵】、パン粉、油、ケチャップ キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、コーン(冷凍)、酢、油、砂糖、食塩、こしょう かき 茶、水	
	午後おやつ	フルーツ豆乳 えびせんA	調整豆乳(フルーツ味) えびせんA
20 木	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
昼食	ごはん マー婆ー豆腐 ● パンサンスー 果物 お茶	米 合挽肉、油、木綿豆腐、干しこいたけ、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉、水、ねぎ きゅうり、はるさめ、ロースハム、●卵【卵】、油、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油 りんご 茶、水	
	午後おやつ	● 牛乳 さつまいものマーマレード煮	◎牛乳【乳】 さつまいも、砂糖、マーマレード、水
21 金	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
昼食	● ロールパン ● 魚のチーズフリッター ● マカロニサラダ トマト ● 牛乳	◎ロールパン【卵、乳】 あかうお(切身)、食塩、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、●粉チーズ【乳】、水、油 マカロニ、きゅうり、にんじん、ロースハム、●マヨネーズ【卵】、食塩、こしょう トマト ◎牛乳【乳】	
	午後おやつ	お茶 きなこ菓子	茶、水 きなこ菓子
22 土	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
午後おやつ	● 牛乳 ● クッキー	◎牛乳【乳】 ◎クッキー【卵、乳】	

23	午後おやつ	● フレンチトースト	食パン、●卵【卵】、砂糖、牛乳、●バター【乳】
24	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
月	昼食	ごはん 鶏肉と切り干しだいこんの煮物 りんごサラダ さつまいものみそ汁 お茶	米 切り干しだいこん、鶏もも肉、糸こんにゃく、にんじん、油、砂糖、しょうゆ、食塩、煮干し(だし用)、水 りんご、きゅうり、キャベツ、酢、油、砂糖、食塩、こしょう さつまいも、木綿豆腐、たまねぎ、みそ、煮干し(だし用)、ねぎ、水 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 ● ピザトースト	◎牛乳【乳】 食パン、ケチャップ、●マヨネーズ【卵】、◎ベーコン【卵】、たまねぎ、ピーマン、◎ピザ用チーズ【乳】
25	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
火	昼食	ロールパン カレービーンズ ● 彩りあえ 果物 ● 牛乳	ローリング だいじ(ゆで)、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、油、じゃがいも、水、カレールウ、ウスターソース、砂糖、食塩、こしょう、グリンピース(冷凍) もやし、ほうれんそう、◎ちくわ【卵】、●卵【卵】、油、しょうゆ、砂糖 なし ◎牛乳【乳】
	午後おやつ	お茶 さつまフライ	さつまいも、油
26	午前おやつ	● 乳酸菌飲料	●乳酸菌飲料【乳】
水	昼食	ごはん 筑前煮 レバーのこまつなあえ かぼちゃのみそ汁 お茶	米 鶏もも肉、だいこん、にんじん、洗いごぼう、グリンピース(冷凍)、油、砂糖、しょうゆ、食塩、煮干し(だし用)、水 牛レバー、しうが、しょうゆ、片栗粉、油、こまつな、もやし、しうが かぼちゃ、たまねぎ、えのきたけ、からあげ(松山あげ)、みそ、煮干し(だし用)、水、ねぎ 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 ワッフル	◎牛乳【乳】 ワッフル
27	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
木	昼食	ごはん 魚のたつた揚げ ● ツナとキャベツのサラダ ビーフン汁 お茶	米 さば(切身)、しうが、しょうゆ、片栗粉、油 ツナ油漬缶、キャベツ、きゅうり、にんじん、●マヨネーズ【卵】 ビーフン、チンゲンサイ、たまねぎ、干ししいたけ、ロースハム、しょうゆ(うすくち)、食塩、煮干し(だし用)、水 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 ビスケットB	◎牛乳【乳】 ビスケットB
28	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
金	昼食	● ロールパン ● ひじき入りハンバーグ プロッコリーとハムのマリネ ● じゃがバター お茶	◎ロールパン【卵、乳】 干しひじき、合挽肉、たまねぎ、にんじん、パン粉、●卵【卵】、食塩、しょうゆ、油、ケチャップ プロッコリー、きゅうり、ロースハム、キャベツ、油、酢、砂糖、食塩、こしょう じゃがいも、●バター【乳】
	午後おやつ	お茶 しょうゆ飯	茶、水 米、押麦、ささがきごぼう、しめじ、鶏もも肉、からあげ(松山あげ)、にんじん、昆布(だし用)、砂糖、しょうゆ、食塩
29	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
土	午後おやつ	お茶 フルーツゼリー	茶、水 ゼリー
	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
月	昼食	ごはん 厚揚げと豚肉の中華炒め ● かぼちゃのサラダ わかれのみそ汁 お茶	米 厚揚げ、豚肉(もも)、しうが、しょうゆ、たまねぎ、にんじん、油、砂糖、しょうゆ、食塩、水、ごま油、片栗粉、水 かぼちゃ、きゅうり、ロースハム、●マヨネーズ【卵】、食塩、こしょう わかれ、たまねぎ、にんじん、からあげ(松山あげ)、みそ、煮干し(だし用)、水、ねぎ 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 ミニシュークリーム	◎牛乳【乳】 ミニシュークリーム