

アレルギーチェック献立表

2022年9月

きらきらキッズ(一般)

- ・・・代替食材
- ・・・除去食材

ハム、ベーコン、ウィンナー、ちくわ、かまぼこ、マヨネーズは卵なし製品を使用しています。

大豆・大豆製品は除去します。

ロールパンは卵なしパンに変更します。

日曜日	時間帯	献立	材 料 名	
				卵、乳
1 木	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	キーマカレー	米、合挽肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、 カレーパウダー 、グリーンピース(冷凍)、水	
		フレンチサラダ 果物 お茶	トマト、レタス、ブロッコリー、コーン(冷凍)、酢、油、砂糖、食塩、こしょう りんご 茶、水	
午後おやつ	お茶 ゼリー	ゼリー		
2 金	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	● ロールパン	◎ロールパン【卵、乳】	
		酢鶏 ● 青菜の卵あえ ● わかめスープ お茶	鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、片栗粉、油、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、油、砂糖、しょうゆ、酢、ケチャップ、水、片栗粉、水 こまつな、キャベツ、●卵【卵】、油、砂糖、しょうゆ わかめ(乾)、えのきたけ、◎ベーコン【卵】、◎コンソメ【乳】、しょうゆ(うすくち)、水 茶、水	
午後おやつ	● 牛乳 米せんべいA	◎牛乳【乳】 米せんべいA		
3 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】	
5 月	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	ごはん 肉じゃが はくさいのおひたし 豆腐となすのみそ汁 お茶	米 じゃがいも、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、砂糖、しょうゆ、食塩、煮干し(だし用)、水 はくさい、きゅうり、コーン(冷凍)、しょうゆ 木綿豆腐 、なす、わかめ(乾)、みそ、煮干し(だし用)、水、ねぎ 茶、水	
午後おやつ	● 牛乳 いちごジャムサンド	◎牛乳【乳】 サンドイッチパン 、いちごジャム		
6 火	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	● ロールパン	◎ロールパン【卵、乳】	
		レバーのバーベキューソースかけ 野菜炒め 果物 ● 牛乳	牛レバー、しょうが、しょうゆ、片栗粉、油、じゃがいも、油、みりん風調味料、砂糖、しょうゆ、りんご、酢、レモン(果汁のみ使用) キャベツ、たまねぎ、にんじん、 ウィンナー 、油、しょうゆ、食塩、こしょう バナナ ◎牛乳【乳】	
午後おやつ	お茶 ● きのコスパゲティ	茶、水 スパゲティ、油、しめじ、しいたけ、たまねぎ、◎ベーコン【卵】、油、●バター【乳】、にんにく、食塩、こしょう、しょうゆ		
7 水	午前おやつ	● 乳酸菌飲料	●乳酸菌飲料【乳】	
	昼食	ごはん さけのチャンチャン焼き きんぴら トマト お茶	米 サーモン(切身)、食塩、油、たまねぎ、しめじ、ピーマン、みそ、砂糖、みりん風調味料 ささがきごぼう、にんじん、糸こんにゃく、グリーンピース(冷凍)、ごま油、砂糖、しょうゆ、煮干し(だし用)、水 トマト 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 ゼリー		
8 木	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	ごはん	米	
		● 豚肉と豆腐のみそバター炒め ● 酢物 ● はるさめときのこのスープ お茶	豚肉(もも)、 木綿豆腐 、キャベツ、にんじん、油、砂糖、しょうゆ、みそ、●バター【乳】 わかめ(乾)、きゅうり、◎かまぼこ【卵】、酢、砂糖、しょうゆ はるさめ、レタス、しめじ、干しいたけ、◎コンソメ【乳】、しょうゆ(うすくち)、水 茶、水	
午後おやつ	お茶 ● アイスクリーム	茶、水 ●アイスクリーム【乳】 ゼリー		
9 金	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】	
	昼食	● ロールパン	◎ロールパン【卵、乳】	
午後おやつ	● お月見蒸しパン	◎ホットケーキ粉【卵】、◎牛乳【乳】、きな粉、砂糖		

10 土	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	午後おやつ	● 牛乳 えびせんA	◎牛乳【乳】 えびせんA
12 月	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	● 衣笠井 ● 青菜としめじのソテー 果物 お茶	米、油揚げ、たまねぎ、にんじん、●卵【卵】、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、食塩、煮干し(だし用)、水、ねぎ ほうれんそう、しめじ、◎ベーコン【卵】、油、しょうゆ、食塩、こしょう りんご 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 ● お麩のラスク	◎牛乳【乳】 焼ふ、●バター【乳】、砂糖
13 火	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	● ロールパン ● 魚のオーロラソースかけ ひじきのサラダ ● 野菜スープ お茶	◎ロールパン【卵、乳】 あかうお(切身)、食塩、こしょう、小麦粉、●卵【卵】、パン粉、油、●マヨネーズ【卵】、ケチャップ 干しひじき、きゅうり、セロリー、ロースハム、酢、砂糖、しょうゆ、食塩、ごま油 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、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	フルーツ豆乳 塩せんべい	調整豆乳(フルーツ味) 塩せんべい
14 水	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	ごはん ポークビーンズ もやしの酢物 果物 お茶	米 だいず(ゆで)、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、油、砂糖、ケチャップ、ウスターソース、こしょう、水 もやし、きゅうり、コーン(冷凍)、ツナ油漬缶、酢、砂糖、しょうゆ バナナ 茶、水
	午後おやつ	お茶 カステラ	茶、水 カステラ (AP214 蒸しパン)
15 木	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	ごはん 焼き魚 かぼちゃのうま煮 豚汁 お茶	米 さば(切身)、食塩、油 かぼちゃ、切り干しだいこん、砂糖、しょうゆ、食塩、煮干し(だし用)、水 豚肉(もも)、だいこん、干しいたけ、ささがきごぼう、にんじん、みそ、煮干し(だし用)、水、ねぎ 茶、水
	午後おやつ	お茶 ● ほうれんそうのキッシュ風	茶 ほうれんそう、◎ベーコン【卵】、●卵【卵】、◎牛乳【乳】、◎ピザ用チーズ【乳】、油
16 金	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	● ロールパン ● 鶏肉のクリーム煮 ● ブロccoliのごまあえ トマト ● 牛乳	◎ロールパン【卵、乳】 鶏もも肉、たまねぎ、じゃがいも、しめじ、にんじん、油、小麦粉、◎コンソメ【乳】、●脱脂粉乳【乳】、水 ブロッコリー、キャベツ、◎かまぼこ【卵】、しょうゆ、すりごま トマト ◎牛乳【乳】
	午後おやつ	お茶 ● じゃこ入りごはんのおやき	茶、水 米、ちりめん、キャベツ、ねぎ、●卵【卵】、油、お好みソース、●マヨネーズ【卵】
17 土	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	ごはん いもたき 青菜ともやしのごまあえ みかん缶 お茶	米 洗いさといも、鶏もも肉、系こんにやく、ささがきごぼう、焼き豆腐、からあげ(松山あげ)、にんじん、しいたけ、砂糖、しょうゆ、食塩、煮干し(だし用)、水 こまつな、もやし、えのきたけ、砂糖、しょうゆ、すりごま みかん缶 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 ● クリームサンドビスケット	◎牛乳【乳】 ◎ビスコ【乳】
20 火	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	● ロールパン ● ハンバーグ ブロッコリーサラダ ● ジャガバター ● 牛乳	◎ロールパン【卵、乳】 合挽肉、食塩、こしょう、たまねぎ、凍り豆腐、にんじん、●卵【卵】、パン粉、油、ケチャップ ブロッコリー、レタス、きゅうり、ロースハム、酢、油、砂糖、食塩、こしょう じゃがいも、●バター【乳】 ◎牛乳【乳】
	午後おやつ	お茶 おにぎり	茶、水 米、押麦、炊き込みわかめ、味付けのり
21 水	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	里芋とひじきの炊き込みごはん 鶏肉のたつた揚げ ● スパゲティサラダ 果物 お茶	米、洗いさといも、からあげ(松山あげ)、干しひじき、ちりめん、にんじん、昆布(だし用)、水、しょうゆ、みりん風調味料 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、片栗粉、油 スパゲティ、きゅうり、キャベツ、ロースハム、●マヨネーズ【卵】 なし 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 米せんべい	◎牛乳【乳】 米せんべい

22 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 魚のカレーあんかけ ● 酢物 ● チンゲンサイのスープ お茶	米 あかうお(切身)、食塩、こしょう、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、カレールウ、水 だいこん、きゅうり、◎ちくわ【卵】、酢、砂糖、しょうゆ チンゲンサイ、●卵【卵】、干しいたけ、しょうゆ(うすくち)、煮干し(だし用)、水 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 ● 揚げさつまいも	◎牛乳【乳】 さつまいも、◎ホットケーキ粉【卵】、水
24 土	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	午後おやつ	● 牛乳 バームクーヘン	◎牛乳【乳】 バームクーヘン
26 月	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	ごはん マーボーなす ナムル 果物 お茶	米 合挽肉、なす、ピーマン、たまねぎ、干しいたけ、油、ケチャップ、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉、水 もやし、こまつな、にんじん、ロースハム、酢、砂糖、しょうゆ、食塩、ごま油 りんご 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 ● スイートポテト	◎牛乳【乳】 さつまいも、砂糖、●バター【乳】、◎牛乳【乳】、●卵【卵】、●卵黄【卵】
27 火	午前おやつ	● 飲むヨーグルト	●ヨーグルト(ドリンク)【乳】
	昼食	● ロールパン ● 鶏肉のマヨ絡め にんじんしりしり トマト ● 牛乳	◎ロールパン【卵、乳】 鶏もも肉、片栗粉、油、じゃがいも、油、グリーンピース(冷凍)、しょうが、しょうゆ、みりん風調味料、砂糖、●マヨネーズ【卵】 にんじん、ツナ油漬缶、コーン(冷凍)、ごま油、食塩 トマト ◎牛乳【乳】
	午後おやつ	お茶 ジャージャー麺	茶、水 ゆで中華めん、豚ひき肉、しょうが、にんにく、ごま油、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みそ、砂糖、しょうゆ、水、片栗粉、水、きゅうり、ごま
28 水	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	ごはん 魚のムニエル 白あえ だいこんのすまし汁 お茶	米 サーモン(切身)、食塩、こしょう、小麦粉、油 ほうれんそう、干しいたけ、にんじん、砂糖、しょうゆ、煮干し(だし用)、水、木綿豆腐、砂糖、しょうゆ、食塩、すりごま だいこん、しめじ、わかめ(乾)、たまねぎ、しょうゆ(うすくち)、煮干し(だし用)、水 茶、水
	午後おやつ	お茶 ● ジャム入りヨーグルト	茶、水 ●ヨーグルト(加糖)【乳】、ジャム
29 木	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	ごはん 厚揚げの挽き肉煮 切り干しだいこんとちりめん酢物 かぼちゃのみそ汁 お茶	米 厚揚げ、干しいたけ、たまねぎ、鶏ひき肉、油、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、煮干し(だし用)、水、片栗粉、水、グリーンピース(冷凍) 切り干しだいこん、きゅうり、ちりめん、砂糖、酢、しょうゆ かぼちゃ、にんじん、えのきたけ、みそ、煮干し(だし用)、水、ねぎ 茶、水
	午後おやつ	● 牛乳 チーズパン	◎牛乳【乳】 チーズパン <i>6P+10V</i> <i>2個蒸しパン</i>
30 金	午前おやつ	● 牛乳	◎牛乳(午前おやつ)【乳】
	昼食	● ロールパン 魚のトマトソース煮 ● 青菜とキャベツのおかかあえ 果物 お茶 ● 牛乳	◎ロールパン【卵、乳】 あかうお(切身)、食塩、片栗粉、油、たまねぎ、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、ねぎ こまつな、キャベツ、◎かまぼこ【卵】、削りぶし、しょうゆ バナナ 茶、水 ◎牛乳【乳】 <i>6P+10V</i>
	午後おやつ	● 牛乳 カップケーキ	◎牛乳【乳】 <i>6P+10V</i> カップケーキ <i>蒸しパン</i>

尾の石子様

