

アレルギーチェック献立表

2023年2月

イカイノ保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	卵、乳、小麦、バナナ
			材 料 名
1 水	昼食	御飯 すまし汁(こまつな・えのき) 豆腐のふわとろボール(えび) 昆布の煮物(にんじん) りんご	七分つき米 こまつな、えのきたけ、白ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 木綿豆腐、ながいも、干しえび、キャベツ、食塩、片栗粉、油 刻みこんぶ、にんじん、ちくわ、ごま油、しょうゆ りんご
	午後おやつ	●牛乳 豆乳フルーツ寒天	●牛乳【乳】 かんてん、水、豆乳、砂糖、みかん缶、もも缶(黄桃)、パイン缶
2 木	昼食	御飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) さけの焼きおろし煮 小松菜のごまあえ(キャベツ)	七分つき米 じゃがいも、たまねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さけ、食塩、だいこん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖 こまつな、キャベツ、にんじん、しょうゆ、ごま
	午後おやつ	●牛乳 ●米粉のもっちりバナナパン	●牛乳【乳】 ●バナナ【バナナ】、レモン果汁、米粉、ベーキングパウダー、水、油、砂糖
3 金	昼食	鬼ランチ・ごはん みそ汁(かぼちゃ・もやし) 肉団子 みかん	七分つき米、もち米、水、酒、にんじん、コーン缶、刻みこんぶ、しょうゆ、砂糖、油 かぼちゃ、もやし、白ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 鶏ひき肉、たまねぎ、白ねぎ、おから、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、食塩、片栗粉、油、きゅうり みかん
	午後おやつ	●牛乳 米粉おに蒸しパン	●牛乳【乳】 さつまいも、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、豆乳、砂糖
4 土	昼食	●あんかけうどん(ささみ) パイン缶	●ゆでうどん【小麦】、鶏ささ身、はくさい、たまねぎ、にんじん、白ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉 パイン缶
	午後おやつ	果汁ジュース お菓子	野菜ジュース 塩せんべい
6 月	昼食	ゆかり御飯 みそ汁(だいこん・わかめ) さわらのはくさいあんかけ ●バナナ	七分つき米、こんぶ(だし用)、ゆかり、しめじ、にんじん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、食塩 だいこん、白ねぎ、さといも、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さわら、しょうが、酒、白ねぎ、はくさい、にんじん、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩、片栗粉 ●バナナ【バナナ】
	午後おやつ	●牛乳 野菜もち(こまつな・きな粉)	●牛乳【乳】 こまつな、米粉、砂糖、みかん濃縮果汁、豆乳、油、きな粉
7 火	昼食	御飯 すまし汁(豆腐・あげ) 鶏肉の甘酢煮 キャベツとほうれんそうの磯和え	七分つき米 木綿豆腐、白ねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏もも肉、しょうゆ、片栗粉、油、じゃがいも、油、食塩、にんじん、たまねぎ、ピーマン、黄ピーマン、ごま油、水、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、片栗粉 キャベツ、ほうれんそう、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、焼きのり
	午後おやつ	●牛乳 蒸し芋 りんご	●牛乳【乳】 さつまいも、食塩 りんご
8 水	昼食	御飯 豆乳汁(野菜) さけのサラダ焼き きんぴらごぼう パイン缶	七分つき米 キャベツ、かぼちゃ、たまねぎ、えのきたけ、昆布だし汁、豆乳、食塩 さけ、食塩、じゃがいも、水、クリームコーン缶、油、酢 ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖 パイン缶
	午後おやつ	●牛乳 米粉のマーマレード蒸しパン	●牛乳【乳】 米粉、ベーキングパウダー、甘酒、油、砂糖、マーマレード
9 木	昼食	さつま芋御飯 豆腐の野菜そぼろ煮	七分つき米、さつまいも、酒、食塩 木綿豆腐、豚ひき肉、こまつな、たまねぎ、にんじん、しょうが、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖、食塩、片栗粉

		だいこんときゅうりの酢の物 もも缶	だいこん、きゅうり、酢、砂糖、食塩 もも缶
	午後おやつ	●牛乳 フライドポテト お菓子	●牛乳【乳】 じゃがいも、食塩 塩せんべい
10	昼食	御飯 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) カレイの煮物 ブロッコリーのおかか和え みかん	七分つき米 じゃがいも、たまねぎ、チンゲンサイ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) かれい、にんじん、しょうゆ、酒、みりん、砂糖 ブロッコリー、しょうゆ、かつお節 みかん
	午後おやつ	●牛乳 りんごケーキ	●牛乳【乳】 りんご、干しぶどう、米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、砂糖
13	昼食	カレーライス コールスローサラダ ●バナナ ●チーズ	米、豚肉(肩ロース)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ キャベツ、にんじん、砂糖、酢、マヨドレ ●バナナ【バナナ】 ●チーズ【乳】
	午後おやつ	●牛乳 ●牛乳パン	●牛乳【乳】 ●牛乳パン【乳、小麦】
14	昼食	御飯 みそ汁(なす) 肉団子と野菜の煮物 さつま芋のレモン煮	七分つき米 なす、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 豚ひき肉、鶏ひき肉、にんじん、白ねぎ、しょうが、酒、食塩、片栗粉、だいこん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉、こまつな さつまいも、砂糖、レモン果汁
	午後おやつ	●牛乳 豆乳ももゼリー せんべい	●牛乳【乳】 もも缶、かんてん(粉)、水、砂糖、豆乳 塩せんべい
15	昼食	御飯 みそ汁(たまねぎ・切り干しだいこん) 豆腐の五目焼き チンゲン菜のとろみ炒め(えのき) もも缶	七分つき米 たまねぎ、切り干しだいこん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 木綿豆腐、鶏ひき肉、しょうが、食塩、片栗粉、さつまいも、にんじん、ひじき、しょうゆ、みりん チンゲンサイ、にんじん、えのきたけ、油、かつお・昆布だし汁、食塩、片栗粉 もも缶
	午後おやつ	●牛乳 キャロットケーキ(米粉)	●牛乳【乳】 にんじん、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、砂糖、マーマレード
16	昼食	御飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 鶏肉のふっくら焼き ゆでブロッコリー 卵の花(人参・ツナ)	七分つき米 かぼちゃ、白ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 鶏ひき肉、酒、しょうゆ、砂糖、食塩、油、片栗粉 ブロッコリー おから、ツナ油漬缶、にんじん、白ねぎ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖
	午後おやつ	●牛乳 おやつ・チャーハン(しらす・ひじき)	●牛乳【乳】 七分つき米、しらす干し、ひじき、にんじん、しいたけ、ピーマン、ごま油、しょうゆ、みりん
17	昼食	御飯 みそ汁(豆腐・だいこん) れんこんバーグ 野菜サラダ みかん	七分つき米 木綿豆腐、だいこん、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 豚ひき肉、牛ひき肉、れんこん、たまねぎ、食塩、片栗粉、油 キャベツ、こまつな、にんじん、酢、油、食塩 みかん
	午後おやつ	●牛乳 ●ジャムサンド(いちご)	●牛乳【乳】 ●食パン【小麦】、いちごジャム
18	昼食	てりやき野菜丼 ●バナナ ●すまし汁	七分つき米、鶏もも肉、しょうゆ、酒、みりん、水、片栗粉、もやし、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油 ●バナナ【バナナ】 ●焼ふ【小麦】、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩

	午後おやつ	果汁ジュース お菓子	野菜ジュース 塩せんべい
20月	昼食	菜飯 冬野菜のクリーム鍋 ひじきの煮物 いちご	七分つき米、こんぶ(だし用)、酒、食塩、こまつな 鶏もも肉、酒、だいこん、さといも、はくさい、たまねぎ、にんじん、コーン缶、油、昆布だし汁、クリームコーン缶、豆乳、食塩、米粉 ひじき、油揚げ、にんじん、ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉、さやえんどう いちご
	午後おやつ	●牛乳 おにぎり(さけ・ごま)	●牛乳【乳】 七分つき米、さけ、食塩、ごま
21火	昼食	御飯 みそ汁(はくさい・えのき) さわらとごぼうの煮つけ さっぱりポテトサラダ	七分つき米 はくさい、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さわら、ごぼう、油、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖 じゃがいも、きゅうり、にんじん、おから、酢、油、砂糖、食塩
	午後おやつ	●牛乳 米粉のコーンパン	●牛乳【乳】 米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、砂糖、食塩、豆乳、油、コーン缶
22水	昼食	御飯 野菜スープ(キャベツ) 鶏のから揚げ ●マカロニサラダ みかん	七分つき米 キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、水、コンソメ、食塩 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 ●マカロニ【小麦】、きゅうり、にんじん、みかん缶、マヨドレ みかん
	午後おやつ	果汁ジュース ●ピザトースト	野菜ジュース ●食パン【小麦】、たまねぎ、コーン缶、トマトジュース缶(食塩無添加)、●とろけるチーズ【乳】
24金	昼食	御飯 豆腐のすまし汁 カレイのケチャップあんかけ ベイクド里芋 りんご	七分つき米 木綿豆腐、こまつな、白ねぎ、コーン缶、かつおだし汁、酒、食塩 かれい、酒、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、しょうが、にんにく、油、水、ケチャップ、酢、しょうゆ、コンソメ、砂糖、片栗粉 さといも(冷凍)、片栗粉、油、食塩 りんご
	午後おやつ	●牛乳 凍り豆腐のきな粉トースト	●牛乳【乳】 凍り豆腐、豆乳、砂糖、米粉、きな粉、食塩、水、油
25土	昼食	豚丼 みかん ●すまし汁	七分つき米、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、にんじん、白ねぎ、しょうが、にんにく、油、しょうゆ、酒、片栗粉 みかん ●焼ふ【小麦】、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
	午後おやつ	果汁ジュース お菓子	野菜ジュース 塩せんべい
27月	昼食	豆腐丼(カレー風味) すまし汁(だいこん・鶏) キャベツの昆布あえ パイン缶	七分つき米、押麦、水、木綿豆腐、さつまいも、にんじん、たまねぎ、エリンギ、油、水、ケチャップ、中華だしの素、カレー粉、食塩、米粉 鶏もも肉、片栗粉、だいこん、こまつな、かつお・昆布だし汁、酒、しょうゆ、食塩 キャベツ、塩こんぶ パイン缶
	午後おやつ	●牛乳 ゆかりおにぎり	●牛乳【乳】 米、水、しそふりかけ、ごま
28火	昼食	御飯 みそ汁(なす・じゃがいも) 豚肉のすき焼き風煮物 ブロッコリーと人参のおかか和え みかん	七分つき米 なす、じゃがいも、白ねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 豚肉(肩ロース)、たまねぎ、はくさい、えのきたけ、白ねぎ、しょうゆ、みりん、砂糖 ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、かつお節 みかん
	午後おやつ	●牛乳 ●あげぱん(きな粉)	●牛乳【乳】 ●ロールパン【小麦】、油、きな粉、砂糖、グラニュー糖