

アレルギーチェック献立表

2023年11月

イカイノ保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	卵、乳
			材 料 名
1 水	昼食	中華スープ ハリハリわかめ御飯 マーボー豆腐(キッズ) ほうれん草のナムル(ごま) もも缶	ねぎ、しめじ、カットわかめ、スープの素 七分つき米、切り干しだいこん、炊き込みわかめ 木綿豆腐、豚ひき肉、白ねぎ、にんじん、しょうが、油、水、米みそ(淡色辛みそ)、しょうゆ、砂糖、片栗粉 ほうれんそう、もやし、コーン缶、ごま油、食塩、ごま もも缶
	午後おやつ	●牛乳 ●米粉蒸しパン・レーズン	●牛乳【乳】〈豆乳〉 干しぶどう、米粉、ベーキングパウダー、●脱脂粉乳【乳】〈除去〉、●牛乳【乳】〈豆乳〉、油、砂糖
2 木	昼食	御飯 みそ汁(チンゲン菜・わかめ) さけのサラダ焼き れんこんのきんぴら みかん	七分つき米 チンゲンサイ、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さけ、じゃがいも、水、クリームコーン缶、油 れんこん、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖 みかん
	午後おやつ	●牛乳 菜飯おにぎり(小松菜)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 七分つき米、こまつな、油、酒、食塩
4 土	昼食	すまし汁 野菜そぼろ丼 バナナ	焼ふ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 七分つき米、豚ひき肉、酒、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン缶、油、しょうゆ、食塩、ごま油、米粉 バナナ
	午後おやつ	果汁ジュース お菓子 ●アンパンマンチーズ	野菜ジュース 塩せんべい ●アンパンマンチーズ【乳】〈除去〉
6 月	昼食	御飯 みそ汁(豆腐・わかめ) 肉団子とだいこんのとりみ煮 ゆでキャベツ もも缶	七分つき米 木綿豆腐、油揚げ、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、鶏ひき肉、にんじん、白ねぎ、えのきたけ、いんげん、しょうが、酒、食塩、片栗粉、だいこん、水、中華だしの素、片栗粉 キャベツ、食塩 もも缶
	午後おやつ	●牛乳 キャロットケーキ(米粉)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 にんじん、小麦粉、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
7 火	昼食	ロールパン じゃがいものスープ 鶏肉のトマトソース煮 ブロッコリーのごまあえりんご	ロールパン じゃがいも、たまねぎ、水、コンソメ、食塩 鶏もも肉、食塩、片栗粉、たまねぎ、赤ピーマン、食塩、油、ホールトマト缶詰、コンソメ ブロッコリー、にんじん、ごま りんご
	午後おやつ	●牛乳 おやつ・えびごはん(ごま)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 七分つき米、ひじき、干しえび、ごま、しょうゆ、みりん、砂糖、食塩、かつお節
8 水	昼食	御飯 豚汁 豆腐のふわとろボール(えび) きゅうりの酢の物(みかん)	七分つき米 豚肉(肩ロース)、だいこん、にんじん、ごぼう、白ねぎ、ごま油、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 木綿豆腐、ながいも、干しえび、キャベツ、食塩、片栗粉、油 きゅうり、カットわかめ、みかん缶、酢、砂糖
	午後おやつ	●牛乳 米粉のだいこんパン	●牛乳【乳】〈豆乳〉 米粉、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、砂糖、食塩、豆乳、油、切り干しだいこん
9 木	昼食	御飯 みそ汁(里芋・わかめ) 白身魚の包み焼き 卵の花(人参・鶏ひき肉) 柿	七分つき米 さといも、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、酒、食塩、たまねぎ、赤ピーマン、えのきたけ、油、しょうゆ、酢 おから、鶏ひき肉、にんじん、白ねぎ、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 かき

	午後おやつ	●牛乳 大学芋(ごま)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 さつまいも、油、水、砂糖、しょうゆ、ごま
10 金	昼食	御飯 すまし汁(はくさい・えのき) 豚肉のしょうが焼き(たまねぎ) ポテトサラダ(ツナコーン) 梨	七分つき米 はくさい、にんじん、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、酒、食塩 豚肉(肩ロース)、たまねぎ、しょうが、油、しょうゆ、酒 じゃがいも、きゅうり、コーン缶、ツナ油漬缶、マヨドレ なし
	午後おやつ	●牛乳 ●おからケーキ(ココア)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 ホットケーキ粉、おから、ベーキングパウダー、砂糖、ココア(ピュアココア)、油、●牛乳【乳】〈豆乳〉
11 土	昼食	カレー風味のトマトライス みかん	七分つき米、水、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうが、油、ホールトマト缶詰、水、コンソメ、食塩、カレー粉、米粉 みかん
	午後おやつ	果汁ジュース お菓子 ●アンパンマンチーズ	野菜ジュース 塩せんべい ●アンパンマンチーズ【乳】〈除去〉
13 月	昼食	トマトごはん(鶏) 豆乳クリームスープ さわらのコーンマヨネーズ焼き ゆでブロッコリー みかん缶	七分つき米、トマト、鶏もも肉、水、酒、コンソメ、食塩、あおのり じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、水、豆乳、コンソメ、食塩、片栗粉 さわら、油、マヨドレ、クリームコーン缶 ブロッコリー みかん缶
	午後おやつ	●牛乳 ●枝豆のケーキ	●牛乳【乳】〈豆乳〉 えだまめ(冷凍)、米粉、ベーキングパウダー、●脱脂粉乳【乳】〈除去〉、●牛乳【乳】〈豆乳〉、油、砂糖
14 火	昼食	御飯 みそ汁(かぼちゃ・こまつな) 豚肉と昆布の炒め煮(にんじん) かぶのおかかあえ(きゅうり) バナナ	七分つき米 かぼちゃ、こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 豚肉(肩ロース)、しょうが、しょうゆ、酒、にんじん、刻みこんぶ、ごま油、水、しょうゆ かぶ、きゅうり、しょうゆ、砂糖、かつお節 バナナ
	午後おやつ	●牛乳 ●米粉蒸しパン・さつまいも	●牛乳【乳】〈豆乳〉 さつまいも、米粉、●脱脂粉乳【乳】〈除去〉、ベーキングパウダー、●牛乳【乳】〈豆乳〉、油、砂糖
15 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 オレンジ	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、片栗粉、油 マカロニ、きゅうり、にんじん、マヨドレ オレンジ
	午後おやつ	果汁ジュース ピザトースト	果汁ジュース 食パン、たまねぎ、コーン缶、ホールトマト缶詰
16 木	昼食	御飯 みそ汁(じゃがいも・わかめ) さけの塩焼き ほうれん草のごま和え もも缶	七分つき米 じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、切り干しだいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さけ、食塩 ほうれんそう、キャベツ、にんじん、しょうゆ、ごま もも缶
	午後おやつ	●牛乳 おにぎり(わかめ・ごま)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 七分つき米、食塩、炊き込みわかめ、ごま
17 金	昼食	すまし汁 てりやき野菜丼 みかん缶	焼ふ、カットわかめ、えのきたけ、じゃがいも、かつおだし汁、しょうゆ(うすくち) 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 みかん缶
	午後おやつ	●牛乳 ●牛乳パン	●牛乳【乳】〈豆乳〉 ●牛乳パン【乳】〈ロールパン〉
18 土	昼食	すまし汁 豚肉の甘みそ丼	焼ふ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 七分つき米、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、チンゲンサイ、赤ピーマン、油、米みそ(淡色辛みそ)、しょうゆ、酒、みりん、片栗粉

		バナナ	バナナ
	午後おやつ	果汁ジュース お菓子 ●アンパンマンチーズ	野菜ジュース 塩せんべい ●アンパンマンチーズ【乳】(除去)
20月	昼食	ドライカレーライス(厚揚げ) さつまいものスープ もやしのごま酢あえ(ツナ・ほうれんそう)	七分つき米、生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、油、水、ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、カレー粉、米粉 さつまいも、白ねぎ、えのきたけ、カットわかめ、水、コンソメ、食塩 もやし、ほうれんそう、ツナ油漬缶、酢、砂糖、ごま
	午後おやつ	●牛乳 豆乳フルーツかんてん(バナナ・もも)	●牛乳【乳】(豆乳) かんてん(粉)、水、砂糖、豆乳、もも缶、バナナ、みかん缶
21火	昼食	御飯 みそ汁(かぶ・あげ) 揚げ魚とじゃが芋の煮物 白菜の昆布和え みかん	七分つき米 かぶ、かぶ・葉、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) かれい、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、しょうゆ、みりん、砂糖、いんげん はくさい、塩こんぶ みかん
	午後おやつ	●牛乳 おやつ・チャーハン(豚肉)	●牛乳【乳】(豆乳) 七分つき米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、しょうゆ、酒、食塩、あおのり
22水	昼食	御飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) 炒り豆腐(ちくわひじき) 焼きかぼちゃ(ごま) りんご	七分つき米 チンゲンサイ、切り干しだいこん、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 木綿豆腐、ちくわ、にんじん、たまねぎ、ひじき、干しいたけ、油、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉、さやえんどう かぼちゃ、ごま、食塩、油 りんご
	午後おやつ	●牛乳 おやつ・ビビンバ	●牛乳【乳】(豆乳) 七分つき米、鶏ひき肉、もやし、こまつな、にんじん、ごま油、しょうゆ、酒
24金	昼食	御飯 コーンスープ(だいこん) れんこんバーグ 蒸し野菜 もも缶	七分つき米 コーン缶、だいこん、油、クリームコーン缶、水、コンソメ、食塩 豚ひき肉、牛ひき肉、れんこん、たまねぎ、食塩、片栗粉、油 ブロッコリー、キャベツ、にんじん、食塩 もも缶
	午後おやつ	●牛乳 いもち(さつまいも)	●牛乳【乳】(豆乳) さつまいも、食塩、米粉、油、あおのり
25土	昼食	中華スープ マーボー豆腐丼 りんご	カットわかめ、焼ふ、スープの素 七分つき米、水、木綿豆腐、豚ひき肉、白ねぎ、しょうが、ごま油、水、米みそ(淡色辛みそ)、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉 りんご
	午後おやつ	果汁ジュース お菓子 ●アンパンマンチーズ	野菜ジュース 塩せんべい ●アンパンマンチーズ【乳】(除去)
27月	昼食	さけとひじきの混ぜごはん 野菜のスープ煮(鶏) もやしのごま酢あえ(さやえんどう) 梨	七分つき米、さけ、酒、食塩、ほうれんそう、にんじん、ひじき、刻みこんぶ、みりん 鶏もも肉、トマト、たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、油、水、中華だしの素、食塩 もやし、にんじん、ちくわ、さやえんどう、酢、砂糖、ごま なし
	午後おやつ	●牛乳 ●野菜もち(こまつな・きな粉)	●牛乳【乳】(豆乳) こまつな、米粉、砂糖、●牛乳【乳】(豆乳)、油、きな粉
28火	昼食	御飯 すまし汁(チンゲン菜・かぼちゃ) 松風焼き ブロッコリーのおかか和え りんご	七分つき米 チンゲンサイ、かぼちゃ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ(淡色辛みそ)、酒、みりん、ごま ブロッコリー、しょうゆ、かつお節 りんご
	午後おやつ	●牛乳 おにぎり(じゃこおかか)	●牛乳【乳】(豆乳) 七分つき米、しらす干し、しょうゆ、かつお節

29 水	昼食	御飯 みそ汁(さつまいも・あげ) さわらの焼きおろし煮 もやしの和え物 みかん	七分つき米 さつまいも、たまねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さわら、食塩、だいこん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、砂糖 もやし、にんじん、こまつな、食塩、ごま油 みかん
	午後おやつ	●牛乳 ●豆腐ドーナツ	●牛乳【乳】〈豆乳〉 ホットケーキ粉、●脱脂粉乳【乳】〈除去〉、絹ごし豆腐、油
30 木	昼食	御飯 みそ汁(じゃがいも・わかめ) 豚肉のすき焼き風煮物 野菜のゆかり和え バナナ	七分つき米 じゃがいも、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) 豚肉(肩ロース)、はくさい、たまねぎ、えのきたけ、白ねぎ、しょうゆ、みりん、砂糖 きゅうり、にんじん、しそふりかけ バナナ
	午後おやつ	●牛乳 かぼちゃの豆腐パン	●牛乳【乳】〈豆乳〉 かぼちゃ、絹ごし豆腐、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、油