

アレルギーチェック献立表

2023年9月

イカイノ保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	卵、乳、いちご、パイナップル
			材 料 名
1 金	昼食	御飯 みそ汁(さといも・もやし) 白身魚の包み焼き 卵の花(人参・鶏ひき肉) りんご	七分つき米 さといも、もやし、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 りんご
	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
2	昼食	カレー風味のトマトライス もも缶	七分つき米、押麦、水、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうが、ホールトマト缶、水、コンソメ、食塩、カレー粉、米粉 もも缶
	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〉
4 月	昼食	御飯 マーボー豆腐(たまねぎ) 中華スープ きゅうりの酢の物(しらす・ごま) バナナ	七分つき米 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、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 ねぎ、焼ふ、えのきたけ、スープの素 きゅうり、にんじん、カットわかめ、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ、ごま バナナ
	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
5 火	昼食	きのご御飯(鶏) みそ汁(キャベツ・あげ) 鮭のポテトクリーム焼き いんげんとにんじんのソテー みかん缶	米、鶏ひき肉、しめじ、しいたけ、えのきたけ、にんじん、食塩、しょうゆ、酒、砂糖 キャベツ、木綿豆腐、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さけ、食塩、油、じゃがいも、たまねぎ、油、クリームコーン缶 いんげん、にんじん、食塩、油 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
6 水	昼食	三色そぼろ丼(凍り豆腐) みそ汁(だいこん・わかめ) 焼きかぼちゃ天(ごま) 梨	七分つき米、凍り豆腐、鶏ひき肉、かつお・昆布だし汁、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉、にんじん、ほうれんそう、ごま油 だいこん、たまねぎ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) かぼちゃ、米粉、ごま、食塩、水、油 梨
	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、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 木	昼食	御飯 みそ汁(切り干しだいこん・かぼちゃ) たらの磯辺焼き きんぴらごぼう りんご	七分つき米 切り干しだいこん、かぼちゃ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) たら、しょうゆ、みりん、片栗粉、あおのり、油 ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖 りんご
	午後おやつ	●牛乳 米粉お好み焼き(えび)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 豚肉(肩ロース)、油、キャベツ、白ねぎ、にら、干しえび、かつお節、小麦粉、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、食塩、水、ごま油、お好みソース、あおのり
8 金	昼食	ロールパン 豆乳スープ(さつまいも) 鶏肉の照り焼き もやしのツナ酢あえ(ひじき) もも缶	ロールパン さつまいも、にんじん、たまねぎ、水、クリームコーン缶、豆乳、コンソメ、食塩 鶏もも肉(皮付き)、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが、片栗粉 ひじき、もやし、にんじん、いんげん、ツナ油漬缶、酢、しょうゆ、砂糖 もも缶
	午後おやつ	●牛乳	●牛乳【乳】〈豆乳〉

		わかめおにぎり	米、カットわかめ、しらす干し、ごま、ごま油、しょうゆ、食塩
9 土	昼食	すまし汁 みそ炒め丼 オレンジ	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)、酒、しょうが、キャベツ、ピーマン、赤ピーマン、白ねぎ、油、米みそ(赤色辛みそ)、しょうゆ、砂糖、片栗粉 オレンジ
	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)
11 月	昼食	カレーライス きゅうりとだいこんのピクルス ●チーズ バナナ	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 きゅうり、だいこん、赤ピーマン、酢、砂糖、食塩、水 ●チーズ【乳】(除去) バナナ
	午後おやつ	●牛乳 ツナトースト	●牛乳【乳】(豆乳) 食パン、ツナ油漬缶、たまねぎ、マヨドレ
12 火	昼食	御飯 みそ汁(なす・あげ) さわらのごま焼き じゃが芋炒め みかん缶	七分つき米 なす、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) さわら、しょうゆ、みりん、ごま じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ピーマン、油、食塩 みかん缶
	午後おやつ	●牛乳 ●フレークスナック	●牛乳【乳】(豆乳) コーンフレーク、●マーガリン【乳】(除去)、マシュマロ
13 水	昼食	御飯 すまし汁(チンゲン菜・かぼちゃ) 松風焼き ひじきの煮物(にんじん) りんご	七分つき米 チンゲンサイ、かぼちゃ、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 ひじき、にんじん、油揚げ、ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖 りんご
	午後おやつ	●牛乳 スイートポテト(米粉・ごま)	●牛乳【乳】(豆乳) さつまいも、米粉、砂糖、食塩、豆乳、油、ごま
14 木	昼食	御飯 みそ汁(こまつな・さつまいも) カレーの煮つけ キャベツのおかか和え(おくら・キャベツ) もも缶	七分つき米 こまつな、たまねぎ、じゃがいも、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、砂糖、なす キャベツ、オクラ、にんじん、しょうゆ、砂糖、かつお節 もも缶
	午後おやつ	●牛乳 ●黒糖パン	●牛乳【乳】(豆乳) ●黒糖パン【乳】(お菓子)
15 金	昼食	御飯 中華スープ(じゃがいも・にんじん) ●ミートローフ はるさめサラダ オレンジ	七分つき米 じゃがいも、にんじん、もやし、カットわかめ、中華だしの素、食塩 豚ひき肉、鶏ひき肉、牛ひき肉、酒、たまねぎ、いんげん、干しぶどう、食塩、●脱脂粉乳【乳】(除去)、油 はるさめ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 オレンジ
	午後おやつ	●牛乳 ●米粉のかぼちゃパン	●牛乳【乳】(豆乳) 小麦粉、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、砂糖、食塩、●牛乳【乳】(豆乳)、油、かぼちゃ
16 土	昼食	すまし汁 豚丼 りんご	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、こまつな、えのきたけ、にんじん、白ねぎ、しょうが、油、しょうゆ、酒、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)
19 火	昼食	トマトごはん(鶏) コンソメスープ	七分つき米、トマト、鶏もも肉、水、酒、コンソメ、食塩、あおのり たまねぎ、にんじん、えのきたけ、コンソメ

		豆腐のふわとろボール(えび) かぼちゃのマリネ みかん缶	木綿豆腐、ながいも、干しえび、キャベツ、食塩、片栗粉、油 かぼちゃ、油、きゅうり、たまねぎ、酢、砂糖、食塩 みかん缶
	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
20	水	昼食 ハリハリわかめ御飯 豚汁 さけのコーンマヨネーズ焼き フライドにんじん オレンジ	七分つき米、切り干しだいこん、炊き込みわかめ 豚肉(肩ロース)、だいこん、さといも、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) さけ、食塩、小麦粉、油、マヨドレ、クリームコーン缶 にんじん、しょうゆ、片栗粉、油 オレンジ
	午後おやつ	●牛乳 お菓子 蒸し芋	●牛乳【乳】〈豆乳〉 塩せんべい さつまいも、食塩
21	木	昼食 御飯 野菜スープ(キャベツ) ハンバーグ マカロニサラダ もも缶	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 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、砂糖、片栗粉、水 マカロニ、きゅうり、にんじん、みかん缶、マヨドレ もも缶
	午後おやつ	果汁ジュース あげぱん	野菜ジュース ロールパン、油、きな粉、砂糖
22	金	昼食 御飯 中華スープ(じゃがいも・えのき) 厚揚げの中華炒め きゅうりのゆかりあえ りんご	七分つき米 じゃがいも、えのきたけ、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩 生揚げ、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、コーン缶、油、水、酒、食塩、片栗粉、中華あじ きゅうり、しそふりかけ りんご
	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
25	月	昼食 ロールパン ミートボールのカレーシチュー 切干大根のサラダ(しらす干し) りんご	ロールパン 鶏ひき肉、豚ひき肉、白ねぎ、酒、食塩、片栗粉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、油、水、コンソメ、カレー粉、食塩、片栗粉 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、しらす干し、酢、油、砂糖 りんご
	午後おやつ	●牛乳 おやつ・チャーハン(ひじき)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 七分つき米、豚ひき肉、ひじき、にんじん、ピーマン、しいたけ、ごま油、しょうゆ、みりん
26	火	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、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〉
27	水	昼食 御飯 みそ汁(豆腐・えのき) 豚肉のしょうが焼き(トマト) ほうれんそうのごま和え バナナ	七分つき米 木綿豆腐、たまねぎ、えのきたけ、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、たまねぎ、トマト、油、酒、しょうゆ、砂糖 ほうれんそう、キャベツ、にんじん、しょうゆ、ごま バナナ
	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〉
28	木	昼食 御飯 みそ汁(なす・かぼちゃ) さわらと人参の煮物 さっぱりポテトサラダ	七分つき米 なす、かぼちゃ、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、にんじん、しょうが、しょうゆ、酒、みりん、さやえんどう じゃがいも、きゅうり、コーン缶、にんじん、おから、マヨドレ、レモン果汁

		オレンジ	オレンジ
	午後おやつ	●牛乳 おにぎり(とりそぼろ)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 米、鶏ひき肉、酒、砂糖、しょうゆ、みりん、あおのり
29 金	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 梨
	午後おやつ	●牛乳 ●ピザトースト	●牛乳【乳】〈豆乳〉 食パン、たまねぎ、コーン缶、ホールトマト缶詰、●とろけるチーズ【乳】〈除去〉

※カレールウ、コンソメ、クリームシチューの素は28品目不使用の物を使用しています。

|