

アレルギーチェック献立表

2023年12月

イカイノ保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	卵、乳
			材 料 名
1 金	昼食	御飯 すまし汁(かぶ・油揚げ) さけのちゃんちゃん焼き(しめじ) ベイクド里芋(青のり) パイン缶	七分つき米 かぶ、こまつな、油揚げ、かつお・昆布だし汁、酒、食塩 さけ、米みそ(淡色辛みそ)、しょうゆ、みりん、砂糖、キャベツ、にんじん、しめじ、食塩、油 さといも、片栗粉、油、食塩、あおのり パイン缶
	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、干しいたけ、ごま油、しょうゆ、みりん
2 土	昼食	すまし汁 豚井 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〉
4 月	昼食	三色そぼろ丼(凍り豆腐) わかめスープ(えのき) 焼きかぼちゃ みかん缶	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 カットわかめ、えのきたけ、もやし、コーン缶、水、中華だしの素、食塩 かぼちゃ、食塩 みかん缶
	午後おやつ	●牛乳 ●キャロットケーキ	●牛乳【乳】〈豆乳〉 にんじん、小麦粉、米粉、ベーキングパウダー、●牛乳【乳】〈豆乳〉、油、砂糖、マーマレード
5 火	昼食	さつま芋御飯 みそ汁(はくさい・あげ) さわらと人参の煮物 きゅうりの酢の物 バナナ	七分つき米、さつまいも、酒、食塩 はくさい、白ねぎ、油揚げ、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 きゅうり、カットわかめ、コーン缶、酢、砂糖 バナナ
	午後おやつ	●牛乳 トースト(きな粉)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 食パン、砂糖、きな粉
6 水	昼食	御飯 すまし汁(じゃがいも・えのき) 厚揚げと豚肉のみそ煮 小松菜のしらすサラダ(キャベツ) みかん	七分つき米 じゃがいも、えのきたけ、白ねぎ、かつお・昆布だし汁、酒、食塩 生揚げ、豚肉(肩ロース)、たまねぎ、にんじん、はるさめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、しょうゆ、みりん、砂糖 こまつな、キャベツ、しらす干し、酢、油 みかん
	午後おやつ	●牛乳 おにぎり(ゆかり)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 七分つき米、ゆかり
7 木	昼食	御飯 五目みそ汁 さけの塩焼き チンゲン菜のとりみ炒め(えのき) りんご	七分つき米 だいこん、かぼちゃ、ごぼう、白ねぎ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さけ、食塩 チンゲンサイ、にんじん、えのきたけ、油、水、中華だしの素、食塩、片栗粉 りんご
	午後おやつ	●牛乳 お好み焼き	●牛乳【乳】〈豆乳〉 豚肉(もも)、油、キャベツ、白ねぎ、ながいも、小麦粉、干しえび、かつお節、油、お好みソース、あおのり
8 金	昼食	豆乳スープ 鶏肉の甘辛煮 ブロッコリーのごま和え もも缶	絹ごし豆腐、はくさい、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、しめじ、水、豆乳、クリームコーン缶、コンソメ、食塩、片栗粉 鶏もも肉、ごま油、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖 ブロッコリー、赤ピーマン、ごま、しょうゆ もも缶
	午後おやつ	●牛乳	●牛乳【乳】〈豆乳〉

		● 野菜もち(かぼちゃ)	かぼちゃ、米粉、砂糖、油、食塩、●牛乳【乳】〈豆乳〉、きな粉
9 土	昼食	すまし汁 みそ炒め丼 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 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〉
11 月	昼食	中華スープ マーボー丼 みかん缶	焼ふ、カットわかめ、食塩 七分つき米、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 みかん缶
	午後おやつ	● 牛乳 お菓子 バナナ	●牛乳【乳】〈豆乳〉 塩せんべい バナナ
12 火	昼食	御飯 みそ汁(かぼちゃ・えのき) さけの照りつけ 白和え(ほうれん草・にんじん・ごま) りんご	七分つき米 かぼちゃ、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) さけ、酒、みりん、米粉、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉 ほうれんそう、にんじん、木綿豆腐、ごま、しょうゆ、砂糖、食塩 りんご
	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〉
13 水	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 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 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、マヨドレ オレンジ
	午後おやつ	果汁ジュース おさかなごはん	野菜ジュース 七分つき米、ツナ味付缶、こまつな、もやし、油、酒、砂糖、食塩、焼きのり
14 木	昼食	野菜そぼろ丼 すまし汁 パイ缶	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 焼ふ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 パイ缶
	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〉
15 金	昼食	御飯 みそ汁(豆腐・えのき) かれないのかば焼き ブロッコリーと人参のおかか和え みかん	七分つき米 木綿豆腐、白ねぎ、えのきたけ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) かれない、しょうが、酒、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん ブロッコリー、にんじん、かつお節、しょうゆ みかん
	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
16 土	昼食	ハヤシライス バナナ	米、牛肉(肩ロース)、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース(冷凍)、油、ハヤシルウ、ケチャップ 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〉
18 月	昼食	中華丼(はくさい) もやしのスープ さつま芋の甘煮 みかん	七分つき米、豚肉(肩ロース)、はくさい、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、干しいたけ、しょうが、ごま油、水、しょうゆ、中華だしの素、食塩、片栗粉 もやし、木綿豆腐、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩 さつまいも、砂糖、しょうゆ みかん
	午後おやつ	● 牛乳	●牛乳【乳】〈豆乳〉

		● フレークスナック	コーンフレーク、● マーガリン【乳】〈除去〉、マシュマロ
19 火	昼食	御飯 みそ汁(チンゲン菜・あげ) さけのポテト焼き きんぴらごぼう りんご	七分つき米 チンゲンサイ、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、じゃがいも、水、クリームコーン缶、油 ごぼう、にんじん、いんげん、ごま油、しょうゆ、砂糖、みりん、ごま りんご
	午後おやつ	● 牛乳 おにぎり(若菜)	● 牛乳【乳】〈豆乳〉 米、若菜ふりかけ
20 水	昼食	御飯 みそ汁(ふ・わかめ) 炒り豆腐(ひじき) ベイクドじゃが フルーツカクテル	七分つき米 焼ふ、えのきたけ、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、ひじき、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉、さやえんどう じゃがいも、油、食塩、あおのり みかん缶、もも缶、パイン缶
	午後おやつ	● 牛乳 ジャムサンド(いちご)	● 牛乳【乳】〈豆乳〉 食パン、いちごジャム
21 木	昼食	御飯 みそ汁(はくさい・あげ) カレイの煮つけ ブロッコリーのごま酢あえ バナナ	七分つき米 はくさい、油揚げ、白ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(赤色辛みそ) かれい、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒 ブロッコリー、にんじん、ちくわ、ごま、酢、砂糖、しょうゆ バナナ
	午後おやつ	● 牛乳 ● スイートポテト	● 牛乳【乳】〈豆乳〉 さつまいも、米粉、砂糖、食塩、● 牛乳【乳】〈豆乳〉、油、ごま
22 金	昼食	わかめ御飯 みそ汁(こまつな) 鶏肉のふっくら焼き 切干大根としらすの炒り煮 みかん	七分つき米、混ぜ込みわかめ こまつな、たまねぎ、じゃがいも、かつお・昆布だし汁、米みそ(赤色辛みそ) 鶏ひき肉、たまねぎ、酒、しょうゆ、砂糖、食塩、油、片栗粉 切り干しだいこん、にんじん、しらす干し、みりん、油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、いんげん みかん
	午後おやつ	● 牛乳 大学かぼちゃ	● 牛乳【乳】〈豆乳〉 かぼちゃ、油、砂糖、しょうゆ、ごま、水
23 土	昼食	すまし汁 てりやき野菜丼 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、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 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〉
25 月	昼食	ロールパン クリームシチュー キャベツとコーンのサラダ ● チーズ パイン缶	ロールパン 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、グリーンピース(冷凍)、油、水、シチューミックスクリーム キャベツ、きゅうり、コーン缶、マヨドレ ● チーズ【乳】〈除去〉 パイン缶
	午後おやつ	● 牛乳 スティックパイ	● 牛乳【乳】〈豆乳〉 パイシート、砂糖
26 火	昼食	御飯 みそ汁(小松菜・あげ) さわらのもやしあんかけ 白菜のゆかりあえ みかん	七分つき米 こまつな、切り干しだいこん、えのきたけ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さわら、しょうが、酒、もやし、にんじん、白ねぎ、いんげん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩、ごま油、片栗粉 はくさい、にんじん、しそふりかけ みかん
	午後おやつ	● 牛乳 ツナマヨトースト	● 牛乳【乳】〈豆乳〉 食パン、ツナ油漬缶、たまねぎ、マヨドレ

27 水	昼食	御飯 豆腐の旨煮(はくさい) 鶏肉の照り焼き きゅうりとだいこんのピクルス もも缶	七分つき米 木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、はくさい、にんじん、白ねぎ、油、昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩、片栗粉 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 きゅうり、だいこん、赤ピーマン、酢、砂糖、食塩、水 もも缶
	午後おやつ	●牛乳 お菓子 バナナ	●牛乳【乳】〈豆乳〉 塩せんべい バナナ
28 木	昼食	カレーライス キャベツとツナのサラダ みかん	米、牛肉(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、ツナ油漬缶、マヨドレ みかん
	午後おやつ	●牛乳 ●お麩ラスク	●牛乳【乳】〈豆乳〉 焼ふ、砂糖、●マーガリン【乳】〈除去〉