

アレルギーチェック献立表

2024年1月

イカイノ保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	卵、乳
			材 料 名
5 金	昼食	みそ汁(わかめ・豆腐) 豚丼 ひじきの煮物(にんじん)	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) 米、豚肉(ロース)、しょうが、白ねぎ、たまねぎ、油、しょうゆ、みりん、ごま ひじき、油揚げ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、ごま油、しょうゆ、砂糖
	午後おやつ	●牛乳 バナナ ●チーズ	●牛乳【乳】〈豆乳〉 バナナ ●チーズ【乳】〈除去〉
6 土	昼食	すまし汁 野菜そぼろ丼 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 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〉
9 火	昼食	カレーライス ほうれんそうのごま和え もも缶 ●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、ほうれんそう、にんじん、食塩、ごま もも缶 ●チーズ【乳】〈除去〉
	午後おやつ	●牛乳 ●米粉蒸しパン・あずき	●牛乳【乳】〈豆乳〉 米粉、●脱脂粉乳【乳】〈除去〉、ベーキングパウダー、●牛乳【乳】〈豆乳〉、砂糖、油、こしあん(生)
10 水	昼食	御飯 みそ汁(もやし・あげ) ふんわりつくねのあんかけ かぼちゃ(蒸し) パイン缶	七分つき米 もやし、チンゲンサイ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 鶏ひき肉、ひじき、たまねぎ、にんじん、水、食塩、片栗粉、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉 かぼちゃ、食塩 パイン缶
	午後おやつ	●牛乳 チヂミ(小松菜・豆腐・ごま)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 こまつな、にら、にんじん、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、食塩、絹ごし豆腐、豆乳、油、しょうゆ、ごま油、ごま
11 木	昼食	御飯 みそ汁(豆腐・ねぎ) カレイの竜田揚げ 小松菜のおかかあえ(キャベツ) りんご	七分つき米 木綿豆腐、だいこん、白ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) かれい、しょうゆ、酒、片栗粉、油 こまつな、キャベツ、にんじん、しょうゆ、かつお節 りんご
	午後おやつ	●牛乳 ゆかりおにぎり	●牛乳【乳】〈豆乳〉 七分つき米、ゆかり、食塩
12 金	昼食	御飯 みそ汁(もやし・わかめ) ミートローフ(かぼちゃ) ごまサラダ みかん	七分つき米 もやし、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) 豚ひき肉、鶏ひき肉、牛ひき肉、酒、たまねぎ、かぼちゃ、食塩、片栗粉、油 はくさい、にんじん、酢、油、食塩、ごま みかん
	午後おやつ	●牛乳 ●米粉のコーンパン	●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、●牛乳【乳】〈除去〉、油、コーン缶
13 土	昼食	カレー風味のトマトライス オレンジ	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 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〉

15 月	昼食	さけとひじきの混ぜごはん ポトフ(冬野菜) 揚げかぼちゃ みかん	七分つき米、さけ、酒、食塩、ひじき、刻みこんぶ、みりん 鶏もも肉、さといも、かぶ、かぶ・葉、はくさい、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、しめじ、水、コンソメ、食塩 かぼちゃ、食塩、油 みかん
	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、●脱脂粉乳【乳】〈除去〉、ベーキングパウダー、油、砂糖、●牛乳【乳】〈豆乳〉
16 火	昼食	御飯 はるさめスープ(チンゲン) マーボー豆腐(キッズ) キャベツサラダ(わかめ)	七分つき米 はるさめ、チンゲンサイ、たまねぎ、コーン缶、水、中華だしの素、食塩 木綿豆腐、豚ひき肉、白ねぎ、たまねぎ、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 キャベツ、コーン缶、カットわかめ、酢
	午後おやつ	●牛乳 豆乳フルーツかんでん(バナナ・もも)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 かんでん(粉)、水、砂糖、豆乳、もも缶、バナナ、みかん缶
17 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 キャロットケーキ(米粉)	野菜ジュース 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
18 木	昼食	御飯 みそ汁(だいこん・あげ) 白身魚の香り蒸し じゃが芋炒め りんご	七分つき米 だいこん、カットわかめ、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、食塩、こまつな、白ねぎ、油、食塩 じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ピーマン、油、食塩 りんご
	午後おやつ	●牛乳 おにぎり(豚そぼろ)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 七分つき米、豚ひき肉、油、しょうゆ、酒、砂糖、みりん、あおのり
19 金	昼食	しらす御飯 すまし汁(はくさい・えのき) 揚げ鶏の五目 ゆで野菜(ブロッコリー) フルーツカクテル	七分つき米、しらす干し はくさい、たまねぎ、えのきたけ、かつお・昆布だし汁、酒、食塩 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、さつまいも、じゃがいも、油、にんじん、しょうゆ、ほうれんそう ブロッコリー、食塩 みかん缶、パイン缶、もも缶
	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
20 土	昼食	すまし汁 豚肉の甘みそ丼 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)、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
22 月	昼食	御飯 すまし汁(豆腐・あげ) 豚肉のしょうが焼き ブロッコリーのごまあえ パイン缶	七分つき米 木綿豆腐、こまつな、油揚げ、かつお・昆布だし汁、酒、食塩 豚肉(肩ロース)、たまねぎ、白ねぎ、しょうゆ、しょうが、酒、油 ブロッコリー、にんじん、ごま パイン缶
	午後おやつ	●牛乳 いももち(さつまいも)	●牛乳【乳】〈豆乳〉 さつまいも、食塩、米粉、油、あおのり
23 火	昼食	御飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) さわらのサラダ焼き 切り干し大根の旨煮 バナナ	七分つき米 チンゲンサイ、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) さわら、食塩、じゃがいも、水、クリームコーン缶、油 切り干しだいこん、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうゆ(うすくち) バナナ
	午後おやつ	●牛乳 にんじんおやき	●牛乳【乳】〈豆乳〉 七分つき米、もち米、水、酒、にんじん、コーン缶、刻みこんぶ、油

24 水	昼食	御飯 はくさいとちくわのスープ煮 厚揚げの炒め物 さつま芋の甘煮 オレンジ	七分つき米 はくさい、白ねぎ、ちくわ、水、中華だしの素、食塩 生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、にら、しめじ、ごま油、しょうゆ、中華だしの素、片栗粉 さつまいも、砂糖 オレンジ
	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
25 木	昼食	御飯 コーンスープ(たまねぎ) カレーのケチャップあんかけ ゆでブロッコリー もも缶	七分つき米 コーン缶、たまねぎ、油、クリームコーン缶、水、コンソメ、食塩 カレー、酒、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、しょうが、油、水、ケチャップ、酢、しょうゆ、コンソメ、砂糖、片栗粉 ブロッコリー もも缶
	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
26 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〉
27 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、中華だしの素 七分つき米、押麦、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〉
29 月	昼食	さつま芋御飯 みそ汁(白ねぎ・焼き麩) 筑前煮 小松菜のごま和え バナナ	七分つき米、さつまいも、酒、食塩 白ねぎ、焼ふ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 鶏もも肉、生揚げ、れんこん、ごぼう、にんじん、たけのこ(ゆで)、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、グリーンピース(冷凍) こまつな、にんじん、ごま、しょうゆ バナナ
	午後おやつ	●牛乳 ソフトパン(ポテトツナ・米粉)	●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、たまねぎ、ツナ油漬缶、じゃがいも、水、豆乳、食塩、パセリ粉
30 火	昼食	御飯 みそ汁(さつまいも・たまねぎ) さけの塩焼き 白菜のごま和え みかん	七分つき米 さつまいも、たまねぎ、切り干しだいこん、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) さけ、食塩 はくさい、こまつな、にんじん、しょうゆ、ごま 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
31 水	昼食	御飯 みそ汁(じゃがいも・あげ) 豚肉の野菜炒め ほうれんそうのしらす和え りんご	七分つき米 じゃがいも、カットわかめ、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) 豚肉(肩ロース)、もやし、にんじん、しめじ、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、しょうゆ、酒、油 ほうれんそう、キャベツ、にんじん、しらす干し、食塩 りんご
	午後おやつ	●牛乳 あげぱん	●牛乳【乳】〈豆乳〉 ロールパン、油、きな粉、砂糖