



献立表



乳アレルギー

日付	献立名	材料名 <small>(◎は10時おやつ, ○は午後おやつ材料)</small>			おやつ <small>(◎は10時, ○は午後おやつ)</small>
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
こいのぼり献立					
01 金	こいおぼりおこわ、 矢車ボール→スキムなし、 ししゃものチーズフライ→チーズなし、 こいのぼりウインナー→専用ウインナー、 いちご	米、じゃがいも、もち米、パン粉、油、マヨネーズ、小麦粉、砂糖	○牛乳、◎牛乳、ウインナー、ししゃも、卵、ちくわ、脱脂粉乳、粉チーズ、干しえび、ごま	いちご、グリーンアスパラガス、きゅうり、にんじん、グリーンピース(冷凍)、干しいたけ、パセリ	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ かしわもち
02 土	牛乳→豆乳、 ちゃんぽん風うどん→スキムなし、 キャベツのお浸し、 オレンジ	干しうどん、ごま油	牛乳、鶏むね肉(皮付き)、脱脂粉乳、かつお節	オレンジ、キャベツ、きゅうり、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん	◎お茶、 ○お茶、○アスパラガス
07 木	コッペパン→ごはん、 ミネストローネスープ、 鮭のムニエル→バターなし、 もやしとニラの和え物、 オレンジ	コッペパン、○米、小麦粉、マカロニ・スパゲティ、油、砂糖、ごま油	◎牛乳、さけ、○チーズ、ベーコン、ハム、バター、ごま、干しえび、○ごま	オレンジ、ホールトマト缶詰、もやし、にら、たまねぎ、にんじん、キャベツ、セロリー、にんにく	◎牛乳→豆乳、 ○お茶、○ゆかりおにぎり、○チーズ→ にぼし
08 金	ごはん、 みそ汁、 さわらのごま照り焼き、 アスパラとじゃこの和え物、 バナナ	米、油、砂糖、ごま油	○牛乳、◎牛乳、さわら、しらす干し、米みそ(淡色辛みそ)、ごま、油揚げ	バナナ、だいこん、グリーンアスパラガス、キャベツ、にんじん、カットわかめ	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ ビスコ→専用おかし
09 土	牛乳→豆乳、 味噌煮込みうどん、 小松菜のお浸し、 グレープフルーツ	ゆでうどん	牛乳、鶏もも肉、淡色みそ、油揚げ、ちくわ、ごま	グレープフルーツ、ごまつな、にんじん、キャベツ、ねぎ	◎お茶、 ○お茶、○ぶどうゼリー
11 月	ごはん、 すまし汁、 豚肉のしょうが焼き、 野菜炒め、 パイナップル	米、○白玉粉、じゃがいも、○砂糖、油、ごま油	○牛乳、◎牛乳、豚肉(肩ロース)、○絹ごし豆腐、○きな粉	パイナップル、たまねぎ、キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、たけのこ(ゆで)、しめじ、コーン(冷凍)、ねぎ、しょうが	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ 白玉きな粉
12 火	食パン→ごはん、 切干大根スープ、 マカロニチキングラタン→粉チーズなし、専用ルー・豆乳、 にんじんグラッセ→バターなし	食パン、○コーンフレーク、マカロニ、小麦粉、マーガリン、パン粉、油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、牛乳、鶏もも肉、バター、粉チーズ、干しえび	○バナナ、たまねぎ、にんじん、○みかん缶、○パイ缶、チンゲンサイ、コーン(冷凍)、マッシュルーム	◎牛乳→豆乳、 ○お茶、○フルーツ コーンフレーク→豆乳
13 水	焼きそば、 中華スープ、 トマトサラダ、 パイナップル	焼きそばめん、○小麦粉、油、○油、オリーブ油、はるさめ、三温糖	○牛乳、◎牛乳、豚肉(ばら)、○あずき(ゆで)、○卵	パイナップル、トマト、キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、にら、ピーマン、しいたけ、あおのり	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ あずきドーナツ→豆乳
14 木	コッペパン→ごはん、 豆乳スープ、 タンドリーチキン→ヨーグルトなし、 マカロニサラダ、 バナナ	コッペパン、マカロニ、○砂糖、マヨネーズ	○牛乳、◎牛乳、豆乳、鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、ハム、ベーコン	○りんご濃縮果汁、バナナ、たまねぎ、きゅうり、かぼちゃ、にんじん、マッシュルーム、○かんてん、にんにく	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ 寒天
15 金	わかめごはん、 みそ汁、 メンチカツ(冷凍)→手作りメンチカツ、 あさづけ	米、じゃがいも、油	○牛乳、◎牛乳、淡色みそ、油揚げ	キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん、塩こんぶ	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ ハッピーターン
16 土	ナポリタン、 スープ、 サラダ、 りんご	スパゲティ、オリーブ油、三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、しらす干し、干しえび	りんご、たまねぎ、キャベツ、チンゲンサイ、コーン缶、きゅうり、ピーマン、にんじん、マッシュルーム、切り干しだいこん	◎お茶、 ○牛乳→豆乳、○ ぼたぼた焼き
18 月	ごはん、 きのこスープ、 ひじき卵焼き、 ウインナーと野菜のソテー→専用ウインナー、 キウイフルーツ	米、○ホットケーキ粉、ごま油、油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、卵、ウインナー、○卵、ベーコン、油揚げ	キウイフルーツ、にんじん、○オレンジ濃縮果汁、キャベツ、○パイ缶、しめじ、ピーマン、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ	◎牛乳、 ○牛乳→豆乳、○ オレンジパイケーキ→専用粉

献立表

05月

日付	献立名	材料名 <small>(◎は10時おやつ, ○は午後おやつ材料)</small>			おやつ <small>(◎は10時, ○は午後おやつ)</small>
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
19 火	食パン→ごはん、 野菜スープ、 鶏肉のパン粉焼き→粉チーズ なし、 ポテトサラダ、 バナナ	食パン、○米、じゃがいも、○砂糖、マヨネーズ、パン粉、マーガリン、砂糖	◎牛乳、鶏むね肉、○チーズ、ベーコン、粉チーズ、○淡色みそ、○脱脂粉乳、干しえび	バナナ、きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ	◎牛乳→豆乳、 ◎お茶、○五平もち →スキムなし、○ チーズ→にぼし
20 水	ツナスパゲティ→バターなし、 チキンスープ、 ひじきとキャベツのサラダ、 キウイフルーツ	スパゲティ、○小麦粉、じゃがいも、マヨネーズ、○砂糖、オリーブ油、○油、油	○牛乳、◎牛乳、ツナ油漬缶、鶏もも肉、○卵、ベーコン、バター	キウイフルーツ、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、コーン(冷凍)、にんじん、グリーンピース(冷凍)、○干しぶどう、赤ピーマン、黄ピーマン、マッシュルーム、ひじき、焼き	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ レーズン蒸しパン→ 豆乳
21 木	コッペパン→ごはん、 野菜スープ、 豚肉のカレーピカタ、 キャベツのツナサラダ	コッペパン、じゃがいも、油、小麦粉、○砂糖、オリーブ油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、豚肉(もも)、卵、ツナ油漬缶、○きな粉	○バナナ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、干しぶどう	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ ばなこ
22 金	ごはん、 きのこスープ、 鮭のコーンマヨネーズ焼き→粉 チーズなし、 スパゲティのサラダ、 キウイフルーツ	米、マヨネーズ、スパゲティ、小麦粉、油、マーガリン、オリーブ油	○牛乳、◎牛乳、さけ、ベーコン、ハム、粉チーズ	キウイフルーツ、きゅうり、キャベツ、にんじん、しめじ、クリームコーン缶、えのきたけ、しいたけ	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ 雪の宿→専用おか し
23 土	牛乳→豆乳、 ソース焼きそば、 アスパラとにんじんの煮びたし、 グレープフルーツ	焼きそばめん、油	牛乳、豚肉(ばら)	グレープフルーツ、グリーンアスパラガス、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、あおのり	◎お茶、 ○お茶、○薄皮ク リームパン→専用お かしまたはおにぎり
25 月	ごはん、 豆腐すまし汁、 豚とナスの炒め物、 キャベツとじゃこのお浸し、 グレープフルーツ	米、○マカロニ、油、○砂糖、砂糖	○牛乳、◎牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、しらす干し、○きな粉、淡色みそ、○バター	グレープフルーツ、なす、キャベツ、にんじん、こまつな、グリーンピース(冷凍)	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ マカロニきな粉→バ ターなし
26 火	ハムチーズサンド→ごはん、 コーンスープ、 鶏肉とアスパラ炒め、 かぼちゃのサラダ→ヨーグルト なし	食パン、○小麦粉、○コーンフレーク、○砂糖、マヨネーズ、マーガリン、油	○牛乳、◎牛乳、鶏むね肉、○無塩バター、ハム、スライスチーズ、○卵、ヨーグルト(無糖)	クリームコーン缶、かぼちゃ、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、にんじん、グリーンアスパラガス、コーン(冷凍)	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ シリアルクッキー→ バターなし
27 水	スープスパゲティ、 鶏肉のマーマレード焼き、 にんじんときゅうりのマリネ、 バナナ	スパゲティ、○ホットケーキ粉、○油、油、○グラニュー糖、片栗粉	○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、豚肉(肩ロース)、ベーコン、○卵、○バター、しらす干し	バナナ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、キャベツ、コーン(冷凍)、きゅうり、マーマレード、パセリ	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ ドーナツ→バターな し、専用粉・豆乳
28 木	ホットドッグ→ケチャップライス、 大豆のスープ、 マカロニサラダ	コッペパン、マカロニ、マヨネーズ、油	○牛乳、◎牛乳、ウインナー、だいず水煮缶詰、干しえび	キャベツ、○いちごジャム、ホールトマト缶詰、きゅうり、にんじん、コーン缶、コーン(冷凍)、グリーンピース(冷凍)	◎牛乳→豆乳、 ○牛乳→豆乳、○ サンドクラッカー
誕生日会					
29 金	カレーライス→スキムなし、専用 ルウ、 コーンスープ、 コールスローサラダ→スキムな し、 グレープフルーツ	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、油、○粉糖	◎牛乳、豚肉(肩ロース)、○無塩バター、○脱脂粉乳、○牛乳、脱脂粉乳	○りんご濃縮果汁、グレープフルーツ、たまねぎ、○バナナ、にんじん、コーン缶、キャベツ、コーン(冷凍)、グリーンピース(冷凍)、カットわかめ	◎牛乳→豆乳、 ○リンゴジュース、 ○ココアケーキ→専 用ケーキ
30 土	牛乳→豆乳、 味噌煮込みうどん、 きゅうりとわかめの酢の物、 オレンジ	ゆでうどん、砂糖	牛乳、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	オレンジ、きゅうり、ねぎ、にんじん、カットわかめ	◎お茶、 ○お茶、○アスパラ ガス