

アレルギーチェック献立表(変更)

2021年8月

中崎はな保育園(卵・小麦・えび・かに・落花生・(バナナ)アレルギー)

| 日 曜 | 時間帯 | 献立 | 材 料 名 |
|---------|-------|---|--|
| | | | |
| 2 月 | 昼食 | 御飯 鮭の豆乳チーズ焼き にんじんのシンプルサラダ みそ汁 | 米 さけ、米粉、塩、たまねぎ、コーン、バター(豆乳バター)、マヨネーズ(マヨドレ)、豆乳、チーズ(豆乳チーズ)、パセリ粉 にんじん、きゅうり、酢(米酢)、油、砂糖 豆腐、しめじ、ねぎ、だし汁、みそ(あわみそ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 袋菓子 | 牛乳 袋菓子 |
| 3 火 | 昼食 | 御飯 チャブチェ 小松菜のあえ物 わかめスープ | 米 牛肉、酒、たまねぎ、にんじん、ピーマン、もやし、しいたけ、はるさめ、油、砂糖、しょうゆ(米麴しょうゆ)、ごま こまつな、にんじん、ちくわ、しょうゆ(米麴しょうゆ) わかめ、たまねぎ、水、中華だしの素(無添加ブイヨン) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 かぼちゃケーキ | 牛乳 かぼちゃ、米粉、片栗粉、豆乳、砂糖、塩、ベーキングパウダー |
| 4 水 | 昼食 | 御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 粉ふき芋(青のり) 豆腐すまし汁(だいこん・おくら) | 米 豚肉、酒、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、パプリカ、ねぎ、油、みそ(あわみそ)、しょうゆ(米麴しょうゆ)、砂糖 じゃがいも、塩、あおのり そうめん(米粉そうめん)、豆腐、だいこん、オクラ、だし汁、しょうゆ(米麴しょうゆ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 フルーツゼリー 袋菓子 | 牛乳 かんてん、水、みかん、砂糖 袋菓子 |
| 5 木 | 昼食 | ミートスパゲティー ブロッコリーとツナのサラダ きのこのスープ | 米粉スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、ソース、砂糖、水 ブロッコリー、ツナ缶、もやし、かにかまぼこ、マヨネーズ(マヨドレ) しめじ、えのきたけ、中華だしの素(無添加ブイヨン)、水 |
| | 午後おやつ | 牛乳130 蒸しパン(にんじん) | 牛乳 にんじん、米粉、ベーキングパウダー、豆乳、砂糖、油 |
| 6 金 | 昼食 | パン・ロールパン クリームシチュー フレンチサラダ | 米粉パン粉 鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、こまつな、水、シチューミックスクリーム キャベツ、にんじん、きゅうり、トマト、オリーブ油、酢(米酢)、塩、砂糖 |
| | 午後おやつ | 牛乳130 おにぎり すいか(すいか割り) | 牛乳 米、ごま、ふりかけ すいか |
| 7 土 | 昼食 | 焼きそば みそ汁 | あわめん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、ソース、塩、あおのり だし汁、みそ(あわみそ)、しめじ、たまねぎ、油揚げ |
| | 午後おやつ | 牛乳130 袋菓子 | 牛乳 袋菓子 |
| 10 火 | 昼食 | 御飯 さばの塩焼き はるさめサラダ わかめスープ | 米 さば、塩 はるさめ、トマト、きゅうり、ハム、酢(米酢)、砂糖、しょうゆ(米麴しょうゆ)、ごま、ごま油 わかめ、もやし、たまねぎ、水、中華だしの素(無添加ブイヨン) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 ジャムパン | 牛乳 米粉パン粉、いちごジャム、ブルーベリージャム、りんごジャム、マーマレード |
| 11 水 | 昼食 | チキンライス 野菜スープ(にんじん・たまねぎ) | 米、鶏肉、ピーマン、たまねぎ、にんじん、コーン、グリーンピース、ケチャップ、オリーブ油 にんじん、たまねぎ、中華だしの素(無添加ブイヨン)、水 |
| | 午後おやつ | 牛乳130 あずき蒸しパン | 牛乳 米粉、ベーキングパウダー、豆乳、バター(豆乳バター)、砂糖、甘納豆 |
| 12 木 | 昼食 | 牛丼 みそ汁 | 米、牛肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、砂糖、しょうゆ(米麴しょうゆ)、しょうゆ、本みりん、油 しめじ、豆腐、わかめ、だし汁、みそ(あわみそ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 袋菓子 | 牛乳 袋菓子 |
| 13 金 | 昼食 | 豚丼 みそ汁 | 米、豚肉、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、にんじん、ねぎ、油、米麴しょうゆ、酒、片栗粉 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、だし汁、あわみそ |
| | 午後おやつ | 牛乳130 みそポテト | 牛乳 じゃがいも、あわみそ、砂糖、米麴しょうゆ |
| 14 土 | 昼食 | あんかけうどん(ささみ) キャベツのツナマヨネーズあえ | うどん、ささ身、はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ(米麴しょうゆ)、みりん、片栗粉 キャベツ、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ(マヨドレ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 袋菓子 | 牛乳 袋菓子 |
| 16 | 午後おやつ | 袋菓子 | 袋菓子 |
| 17 | 午後おやつ | 袋菓子 | 袋菓子 |
| 18 | 午後おやつ | 袋菓子 | 袋菓子 |
| 19 木 | 昼食 | ミートスパゲティー ブロッコリーとツナのサラダ | 米粉スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、ソース、砂糖、水 ブロッコリー、ツナ缶、もやし、かにかまぼこ、マヨネーズ(マヨドレ) |

| | | | |
|---------|-------|---|--|
| | | きのこのスープ | しめじ、えのきたけ、中華だしの素(無添加ブイヨン)、水 |
| | 午後おやつ | 牛乳130 袋菓子 | 牛乳 袋菓子 |
| 20 金 | 昼食 | パン・ロールパン クリームシチュー フレンチサラダ | 米粉パン粉 鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、こまつな、水、シチューミックスクリーム キャベツ、にんじん、きゅうり、トマト、オリーブ油、酢(米酢)、塩、砂糖 |
| | 午後おやつ | 牛乳130 おにぎり | 牛乳 米、ごま、ふりかけ |
| 21 土 | 昼食 | 焼きそば みそ汁 | あわめん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、ソース、塩、あおのり だし汁、みそ(あわみそ)、しめじ、たまねぎ、油揚げ |
| | 午後おやつ | 牛乳130 袋菓子 | 牛乳 袋菓子 |
| 23 月 | 昼食 | カレーライス マカロニサラダ | 米、牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カレールウ マカロニ、きゅうり、ハム、マヨネーズ(マヨドレ)、酢(米酢) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 キウイフルーツ | 牛乳 キウイフルーツ |
| 24 火 | 昼食 | 御飯 白身魚のフライ ブロッコリーとキャベツのサラダ みそ汁 | 米 白身魚、米粉、パン粉、油 ブロッコリー、キャベツ、にんじん、ごま、ドレッシング しめじ、豆腐、だし汁、みそ(あわみそ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 あずき蒸しパン | 牛乳 米粉、ベーキングパウダー、豆乳、バター(豆乳バター)、砂糖、甘納豆 |
| 25 水 | 昼食 | 御飯 鶏肉の野菜みそ炒め にんじんのシンプルサラダ すまし汁 | 米 鶏肉、しょうゆ(米麴しょうゆ)、酒、片栗粉、油、にんじん、ピーマン、しいたけ、ねぎ、ごま油、みそ(あわみそ)、しょうゆ(米麴しょうゆ)、砂糖 にんじん、きゅうり、酢(米酢)、油、砂糖 えのきたけ、しめじ、ねぎ、だし汁、しょうゆ(米麴しょうゆ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 ジャムパン | 牛乳 米粉パン粉、いちごジャム、ブルーベリージャム、りんごジャム、マーマレード |
| 26 木 | 昼食 | ひじきごはん 豚肉のケチャップ煮 みそ汁 | 米、ひじき、油揚げ、にんじん、さやえんどう、ごま油、しょうゆ(米麴しょうゆ)、砂糖 豚肉、たまねぎ、にんじん、コーン、油、水、ケチャップ、ソース、酒、塩、片栗粉、パセリ粉 オクラ、キャベツ、だし汁、みそ(あわみそ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 みそポテト | 牛乳 じゃがいも、あわみそ、砂糖、米麴しょうゆ |
| 27 金 | 昼食 | 御飯 和風あんかけ豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう みそ汁(こまつな・わかめ) | 米 鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、油、だし汁、しょうゆ(米麴しょうゆ)、砂糖、片栗粉 ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ(米麴しょうゆ)、砂糖、ごま、いんげん こまつな、だいこん、わかめ、だし汁、みそ(あわみそ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 りんご | 牛乳 りんご |
| 28 土 | 昼食 | あんかけうどん(ささみ) キャベツのツナマヨネーズあえ | うどん、ささ身、はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ(米麴しょうゆ)、みりん、片栗粉 キャベツ、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ(マヨドレ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 袋菓子 | 牛乳 袋菓子 |
| 30 月 | 昼食 | 御飯 鮭の豆乳チーズ焼き かぼちゃサラダ みそ汁 | 米 さけ、米粉、塩、たまねぎ、コーン、バター(豆乳バター)、マヨネーズ(マヨドレ)、豆乳、チーズ(豆乳チーズ)、パセリ粉 かぼちゃ、きゅうり、ハム、コーン、マヨネーズ(マヨドレ) 豆腐、しめじ、ねぎ、だし汁、みそ(あわみそ) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 袋菓子 | 牛乳 袋菓子 |
| 31 火 | 昼食 | 御飯 チャプチェ 小松菜のあえ物 わかめスープ | 米 牛肉、酒、たまねぎ、にんじん、ピーマン、もやし、しいたけ、はるさめ、油、砂糖、しょうゆ(米麴しょうゆ)、ごま こまつな、にんじん、ちくわ、しょうゆ(米麴しょうゆ) わかめ、たまねぎ、水、中華だしの素(無添加ブイヨン) |
| | 午後おやつ | 牛乳130 かぼちゃケーキ | 牛乳 かぼちゃ、米粉、片栗粉、豆乳、砂糖、塩、ベーキングパウダー |