



献立表



卵アレルギー

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	
01 火	食パン、 キャベツのスープ→ベーコンなし、 魚のもとやき→マヨなし、 切り干し大根のサラダ→かにかまなし	食パン、○米、マヨネーズ、マーガリン、砂糖、油	◎牛乳、たら、○チーズ、ベーコン、かにかまぼこ、ごま、○かつお節	たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、しいたけ、キャベツ、切り干しだいこん、○焼きのり	◎牛乳、 ○お茶、○おかかおにぎり、○チーズ
02 水	味噌煮込みうどん、 さけの照り焼き、 さつまいものサラダ→ハム・マヨなし、 りんご	ゆでうどん、さつまいも、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、油	○牛乳、◎牛乳、さけ、鶏もも肉、淡色みそ、○卵、油揚げ、ハム、○バター、ちくわ	りんご、○なし、はくさい、きゅうり、ねぎ、にんじん	◎牛乳、 ○牛乳、○なしのケーキ→卵なし
03 木	コッペパン、 レタスのスープ、 ポークソテー、 ポテトサラダ→マヨなし	コッペパン、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、マヨネーズ、小麦粉、片栗粉、砂糖	○牛乳、◎牛乳、豚肉(ロース)、○無塩バター	○みかん缶、きゅうり、レタス、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)、しいたけ	◎牛乳、 ○牛乳、○みかんクッキー
04 金	ごはん、 みそ汁、 鶏のから揚げ・ごま風味→卵なし、 かぼちゃバター、 バナナ	米、油、片栗粉、小麦粉、砂糖	○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、淡色みそ、卵、油揚げ、無塩バター、ごま	バナナ、かぼちゃ、キャベツ、ねぎ、しょうが	◎牛乳、 ○牛乳、○ハッピーターン
05 土	牛乳、 みそラーメン、 キャベツのお浸し、 りんご	ゆで中華めん	牛乳、淡色みそ、かつお節	りんご、きゅうり、キャベツ、もやし、コーン缶、ねぎ、生わかめ、にんじん	◎お茶、 ○お茶、○ぶどうゼリー
07 月	ごはん、 みそ汁、 擬製豆腐→卵なし、 チンゲンサイの和え物	米、○小麦粉、○砂糖、砂糖、油	○牛乳、◎牛乳、木綿豆腐、卵、○バター、○卵、淡色みそ、しらす干し、油揚げ、○すりごま	もやし、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、切り干しだいこん、いんげん、ひじき、カットわかめ	◎牛乳、 ○牛乳、○セサミクッキー→卵なし
08 火	ハムチーズサンド→ハムなし、 コーンスープ、 鶏肉のマムレード焼き、 ほうれん草ときのこのサラダ→ベーコン・マヨなし	食パン、○ホットケーキ粉、○油、マヨネーズ、マーガリン、油、○グラニュー糖、砂糖	○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉(皮付き)、ハム、スライスチーズ、○卵、ベーコン、○バター	ほうれんそう(冷凍)、クリームコーン缶、たまねぎ、コーン缶、しめじ、コーン(冷凍)、えのきたけ、マムレード	◎牛乳、 ○牛乳、○ドーナツ→卵なし
09 水	和風カルボナーラ→ベーコンなし、 たまごスープ→卵なし、 キャベツのゆかり和え、 オレンジ	スパゲティ、○ホットケーキ粉、じゃがいも、油、○砂糖、片栗粉	○牛乳、◎牛乳、生クリーム、卵、○チーズ、○卵、ベーコン、○無塩バター	オレンジ、キャベツ、たまねぎ、○ほうれんそう(冷凍)、しめじ、にんじん、グリーンピース(冷凍)	◎牛乳、 ○牛乳、○チーズポパイケーキ→卵なし
10 木	コッペパン、 グリーンピースのミルクスープ、 豚肉のケチャップ炒め、 スパゲティのツナサラダ→マヨなし	コッペパン、スパゲティ、マヨネーズ、油、砂糖	◎牛乳、豚肉(肩ロース)、牛乳、ツナ油漬缶、淡色みそ、○いわし(煮干し)	○バナナ、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)、グリーンピース(冷凍)、きゅうり	◎牛乳、 ○お茶、○ココアバナナ、○煮干し
11 金	ごはん、 豆腐みそ汁、 さんまのかば焼き、 ほうれん草とコーンの炒め物	米、油、小麦粉	○牛乳、◎牛乳、さんま、木綿豆腐、淡色みそ	キャベツ、ほうれんそう(冷凍)、コーン(冷凍)、ねぎ、しめじ、しょうが、カットわかめ	◎牛乳、 ○牛乳、○マリー
12 土	運動会				
15 火	食パン、 かぼちゃのポタージュ、 鶏肉のチーズ焼き、 にんじんときゅうりのマリネ	食パン、○砂糖、油、マーガリン	○牛乳、鶏もも肉、牛乳、ピザ用チーズ、生クリーム、バター、しらす干し	○りんご濃縮果汁、かぼちゃ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、パセリ、○かんとん	◎お茶、 ○牛乳、○寒天(りんご)
16 水	あんかけうどん、 さけの香草焼き、 さつま芋のレモン煮、 バナナ	ゆでうどん、○食パン、さつまいも、○砂糖、砂糖、片栗粉、パン粉、オリーブ油	○牛乳、◎牛乳、さけ、鶏むね肉、○無塩バター	バナナ、はくさい、にんじん、レモン、ねぎ、干しいたけ	◎牛乳、 ○牛乳、○シュガースティックパン

*納品状態により献立が変更になる場合があります

献立表

10月

日付	献立名	材料名			おやつ (◎は10時,○は午後おやつ)
		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	
17 木	コッペパン、大豆のスープ、鶏つくねのケチャップ煮、切り干し大根のサラダ→かにかまなし、キウイフルーツ	コッペパン、○砂糖、パン粉、油、片栗粉、砂糖	○牛乳、◎牛乳、鶏ひき肉、だいず水煮缶詰、かにかまぼこ、ごま	キウイフルーツ、○かぼちゃ、たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、きゅうり、コーン缶、切り干しだいこん、いんげん、ひじき、○かんとん(粉)	◎牛乳、○牛乳、○かぼちゃのようかん
18 金	カレーライス、みそ汁、チキンごまサラダ→マヨなし、グレープフルーツ	米、じゃがいも、マヨネーズ、油、三温糖	○牛乳、◎牛乳、豚肉(肩ロース)、鶏ささ身、淡色みそ、脱脂粉乳、すりごま	グレープフルーツ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、にら、きゅうり、グリーンピース(冷凍)	◎牛乳、○牛乳、○アスパラガス
19 土	牛乳、しょうゆうどん、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)、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、○ビスコ
21 月	ごはん、みそ汁、高野豆腐とじゃがいもの煮物、キャベツの酢の物、バナナ	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、砂糖、油、焼ふ	○牛乳、◎牛乳、豚肉(肩ロース)、○卵、○無塩バター、○おから、淡色みそ、凍り豆腐、ごま	バナナ、キャベツ、だいこん、にんじん、ごまつな、○干しぶどう、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、○おからレーズンのクッキー→卵なし
23 水	ミートスパゲティ、きのこスープ→ベーコンなし、レタスの中華風サラダ→かにかまなし、バナナ	スパゲティ、○米、油、はるさめ、砂糖、ごま油	◎牛乳、豚ひき肉、○チーズ、かにかまぼこ、ベーコン、粉チーズ	バナナ、ホールトマト缶詰、たまねぎ、レタス、にんじん、きゅうり、しめじ、しいたけ、えのきたけ、グリーンピース(冷凍)、○あおのり	◎牛乳、○お茶、○青のりおにぎり、○チーズ
24 木	コッペパン、切り干し大根のスープ、魚とナスのトマト煮、キャベツのごまネーズ和え→マヨなし	コッペパン、マヨネーズ、油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、たら、ちくわ、ごま、干しえび、○バター	キャベツ、ホールトマト缶詰、なす、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、切り干しだいこん	◎牛乳、○牛乳、○マカロニきな粉
誕生日会					
25 金	カレーピラフ、豆乳スープ→ベーコンなし、豚肉のケチャップ炒め、キャベツのツナサラダ、なし	米、○小麦粉、○砂糖、油、砂糖	◎牛乳、○ヨーグルト(ドリンク)、豚肉(肩ロース)、豆乳、○くりの甘露煮、○牛乳、○卵、○ホイップクリーム、ツナ油漬缶、ベーコン、○バター	なし、たまねぎ、にんじん、キャベツ、かぼちゃ、干しぶどう、マッシュルーム	◎牛乳、○飲むヨーグルト、○くりケーキ→卵なし
26 土	焼きうどん、みそ汁、切干大根の旨煮、ぶどう	ゆでうどん、ごま油、砂糖、焼ふ	○牛乳、豚肉(もも)、淡色みそ、油揚げ	ぶどう、キャベツ、だいこん、にんじん、ねぎ、ごまつな、切り干しだいこん、グリーンピース(冷凍)、あおのり	◎お茶、○牛乳、○アスパラガス
28 月	ごはん、豆腐みそ汁、ひじき卵焼き→つくね、青菜とじゃこ和え	米、○さつまいも、さといも、○砂糖、ごま油、砂糖	○牛乳、◎牛乳、卵、木綿豆腐、淡色みそ、しらす干し、油揚げ、○卵(黄)、○卵、○無塩バター	にんじん、もやし、ごまつな、ねぎ、ひじき、カットわかめ	◎牛乳、○牛乳、○スイートポテト→卵なし
29 火	ツナサンド→マヨなし、豆乳スープ→ベーコンなし、さばの南部揚げ→卵なし、温野菜、オレンジ	食パン、小麦粉、マヨネーズ、油、○砂糖	○牛乳、◎牛乳、豆乳、さば、ツナ油漬缶、卵、○きな粉、ベーコン、ごま、バター	○バナナ、オレンジ、ブロッコリー、キャベツ、かぼちゃ、コーン(冷凍)、カリフラワー、たまねぎ、マッシュルーム	◎牛乳、○牛乳、○ばなこ
30 水	和風スパゲティ、きのこスープ→ベーコンなし、コールスローサラダ→マヨなし、りんご	スパゲティ、○砂糖、マヨネーズ	◎牛乳、○ヨーグルト(無糖)、豚肉(肩ロース)、ベーコン、無塩バター、脱脂粉乳、ごま	りんご、キャベツ、にんじん、○みかん缶、たまねぎ、コーン(冷凍)、しめじ、しいたけ、えのきたけ、焼きのり	◎牛乳、○お茶、○みかんヨーグルト
ハロウィン					
31 木	コッペパン、ソーセージのポトフ、ハロウィンハンバーガー→卵なし、ブロッコリーのマヨネーズ和え→マヨなし	コッペパン、○砂糖、パン粉、じゃがいも、マヨネーズ、油	○牛乳、◎牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、ウインナー、卵、牛乳、チーズ	○かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、キャベツ、コーン缶、○干しぶどう、いんげん	◎牛乳、○牛乳、○ジャコランダ茶巾

**土曜日は牛乳とお菓子またはフルーツが出ます