



5月 アレルギー献立表



平成30年度

岩間保育園(一般)

日付		献立名	おやつ (は10時、は午後おやつ)	材料名 (は10時おやつ、は午後おやつ材料)		
				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
1	火	チーズ ちまき風炊き込みご飯 鶏肉の塩こうじ焼 兜の包み揚げ 味噌汁 オレンジ	ごまポッキー 牛乳	米 小麦粉 春巻きの皮 バター 三温糖 油 すりごま 三温糖 黒ごま	牛乳 鶏もも 豚肉 チーズ 米みそ	オレンジ 小松菜 大根 玉葱 しめじ 長ねぎ 人参 いんげん 昆布
2	水	ぱりんこ 牛乳 和風スパゲティ じゃが芋の青のり和え 和風野菜スープ オレンジ	ツナご飯 牛乳	スパゲティ 米 じゃが芋 バター 三温糖	牛乳 ベーコン ツナ缶	玉葱 オレンジ エリンギ はくさい しめじ キャベツ 人参 昆布 海苔 青のり
7 21	月	ギンビスアスパラ 牛乳 ポークカレー マカロニサラダ 和風スープ オレンジ	ぶどうゼリー ぱりんこ 牛乳	米 じゃがいも 小麦粉 三温糖 マヨネーズ マカロニ バター 油	牛乳 豚肉 ツナ缶	ぶどう果汁 玉葱 オレンジ 人参 胡瓜 りんご コーン缶 寒天 わかめ
8 29	火	チーズ 米飯 カレイの煮つけ 納豆あえ 味噌汁 バナナ	8日)りんごケーキ 29日)誕生日ケーキ 牛乳	米 ホットケーキ粉 三温糖 バター 三温糖	牛乳 かわい 納豆 卵 米みそ	バナナ 大根 ブロッコリー 人参 えのきたけ わかめ 切り干しだいこん しょうが 8日)りんご 29日)みかん 牛 きのこ
9 23	水	ぱりんこ 牛乳 ロールパン ささ身のフリッター キャベツとコーンのサラダ 南瓜のスープ バナ	おかかおにぎり 牛乳	米 ロールパン 片栗粉 小麦粉 油 三温糖	牛乳 鶏ささ身 卵 かつお節	南瓜 バナナ キャベツ 玉葱 はくさい 胡瓜 コーン缶 切り干しだいこん
10 24	木	チーズ 米飯 鮭のみそマヨ焼き ほうれん草とえのきの和え物 すまし汁 オレンジ	麩ラスク 牛乳	米 焼ふ バター グラニュー糖 マヨネーズ 三温糖 油	牛乳 鮭 豆腐 米みそ かつお節	オレンジ ほうれん草 はくさい 人参 えのきたけ
11 25	金	ぱりんこ 飲むヨーグルト しょうゆラーメン さつま芋の甘煮 キウイ	じゃこおにぎり 牛乳	生中華めん 米 さつまいも 三温糖 油 ごま油	牛乳 豚肉 しらす	キウイフルーツ もやし キャベツ 人参
12 26	土	ぱりんこ 飲むヨーグルト 三色丼 味噌汁 りんご	バナナ ビスコ 牛乳	米 三温糖 油	牛乳 鶏ひき肉 豆腐 米みそ	ほうれん草 まいたけ しょうが りんご バナナ
14 28	月	ミレービスケット 牛乳 米飯 松風焼き 切り干し大根の煮物 すまし汁 オレンジ	黒糖蒸しパン 牛乳	米 小麦粉 黒砂糖 パン粉 油 砂糖 油 三温糖 ごま	牛乳 鶏ひき肉 豆腐 卵 油揚げ 米みそ	ほうれん草 まいたけ しょうが りんご バナナ
15 29	火	チーズ 豚すき焼き丼 味噌汁 バナナ	ポンデケージョ 牛乳	米 ホットケーキ粉 白玉粉 砂糖	牛乳 豚肉 焼き豆腐 粉チーズ 米みそ	バナナ はくさい 大根 玉葱 万能ねぎ エリンギわかめ
16 30	水	ぱりんこ 牛乳 米飯 魚の西京焼き風 きんぴらごぼう すまし汁 キウイ	きな粉麩ラスク 牛乳	米 焼ふ バター グラニュー糖 三温糖 ごま ごま油 油	牛乳 さわら 米みそ きな粉	キウイフルーツ 人参 ごぼう もやし ほうれん草 まいたけ いんげん
17 31	木	チーズ けんちんうどん ほうれん草のごま和え りんご	ひじきご飯 牛乳	干しうどん 米 すりごま 三温糖 油 油 三温糖 ごま油	牛乳 鶏もも 豆腐 油揚げ	りんご ほうれん草 大根 人参 人参 万能ねぎ ごぼう ひじき
18	金	ぱりんこ 飲むヨーグルト 木取 白身魚のフライ フレンチサラダ 野菜スープ オレンジ	イチゴジャムスコーン 牛乳	米 じゃがいも パン粉 バター 油 小麦粉 三温糖	牛乳 かわい ツナ缶	オレンジ キャベツ 人参 玉葱 胡瓜 いちご ジャム
19	土	ぱりんこ 飲むヨーグルト ツナチャーハン 中華スープ りんご	バナナ ビスコ 牛乳	米 はるさめ 油 ごま油	牛乳 ツナ缶	りんご バナナ 玉葱 えのきたけ ピーマン にら

- ★黄色い文字は卵を使用しています。青色文字は乳製品を使用しています。
- ★アレルギーのあるお子様につきましては、メニューをアレンジしておだししています。
- ★29日はお誕生日会で午後のおやつは誕生日ケーキになります。
- ★マヨネーズ、ハム、ベーコン、ウインナーは卵不使用のものを使っています。

	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	カルシウム(mg)	鉄 (mg)	塩分(g)
幼児	585	23.1	17.5	285	1.9	2.0
乳児	493	19.9	15	273	1.6	1.7



※5月の新しい食材

春巻きの皮 1日の献立に使用します。

白玉粉 15日 29日の献立ポンデケージョに使用します。

