

令和4年 8月 アレルギー献立表

岩間保育園

日	曜	昼食	午後おやつ	材 料 名				エネルギー		延長
				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	調味料	幼児	乳児	
01	月	米飯 鶏肉の照り焼き キャベツソテー 味噌汁 オレンジ	牛乳 レモンカップケーキ	米 ホットケーキミックス 三温糖 バター 油 片栗粉 粉糖	牛乳 鶏肉 豆乳 米みそ	キャベツ オレンジ 南瓜 玉葱 人参 コーン レモン	醤油 みりん 食塩	484	421	おにぎり
02	火	米飯 サバの味噌煮 五目豆 すまし汁 りんご	牛乳 バナナと桃の ヨーグルト クラッカー	米 クラッカー 三温糖 油	牛乳 ヨーグルト さば 大豆水煮缶 豆腐 米みそ	りんご バナナ 桃缶 人参 小松菜 エリンギ ごぼう いんげん 生姜	醤油 みりん 酒 食塩	607	545	おにぎり
03	水	米飯 タンドリーチキン ちくわ入りポテマヨサラダ 味噌汁 オレンジ	牛乳 セサミクッキー	米 じゃが芋 小麦粉 三温糖 バター マヨネーズ 片栗粉 ごま	牛乳 鶏肉 ちくわ ヨーグルト 米みそ ツナ缶 豆乳	オレンジ えのき 胡瓜 人参 ワカメ	ケチャップ 醤油 カレー粉 食塩	515	446	おにぎり
04	木	三色丼 ほうれん草のおかか和え 味噌汁 バナナ	牛乳 オレンジゼリー クラッカー	米 クラッカー 三温糖 油	牛乳 鶏挽肉 鮭フレーク 米みそ	オレンジジュース ほうれん草 バナナ コーン もやし 玉葱 キャベツ 人参 寒天 生姜	醤油 酒	535	488	おにぎり
05	金	米飯 豚肉ナスのバーベキューソース炒め ブロッコリーサラダ 味噌汁 オレンジ	牛乳 スイートポテト	米 さつまいも じゃが芋 油 バター 三温糖 ごま	牛乳 豚肉 豆乳 米みそ 油揚げ	オレンジ ブロッコリー なす 人参	ケチャップ 醤油 酢 ウスターソース 食塩	551	476	おにぎり
06	土	ツナチャーハン 味噌汁 オレンジ	麦茶 マスカットゼリー クラッカー	米 クラッカー 油	ツナ缶 しらす 米みそ	オレンジ 人参 玉葱 コーン	醤油	374	357	
08	月	米飯 鶏肉のマーマレード焼き 切り干し大根サラダ 味噌汁 オレンジ	牛乳 米粉のブラウニー	米 米粉 三温糖 油 片栗粉 ごま油 ココア	牛乳 鶏肉 豆腐 米みそ	オレンジ キャベツ マーマレードジャム 小松菜 人参 胡瓜 コーン 切り干し大根 玉葱	醤油 酢 酒 食塩 中華だしの素	504	438	おにぎり
09	火	きつねうどん 南瓜のそぼろあんかけ バナナ	9日) 牛乳 五平もち 23日) 牛乳 誕生日ケーキ	うどん 米 三温糖 油 片栗粉 ごま ごま油 23日) バター ホットケーキミックス	牛乳 油揚げ 鶏挽肉 米みそ 豆乳 23日) ホイップクリーム	南瓜 ほうれん草 バナナ 生姜 23日) 桃缶	醤油 みりん 食塩	9日) 517 23日) 544	9日) 480 23日) 500	おにぎり
10	水	タコライス 春雨サラダ わかめスープ りんご	牛乳 麸ラスク (のり塩)	米 麸 バター 春雨 三温糖 ごま油 油	牛乳 豚挽肉 ツナ缶	玉葱 りんご キャベツ トマト 胡瓜 人参 コーン 青のり ワカメ	ケチャップ 中濃ソース 醤油 酢 コンソメ カレー粉 食塩	536	463	おにぎり
25	木	米飯 鶏のから揚げ〜カレー風味〜 小松菜と人参の和え物 味噌汁 オレンジ	牛乳 ミルクもち	米 三温糖 片栗粉 油	牛乳 鶏肉 ツナ缶 米みそ きな粉	オレンジ 小松菜 大根 人参 ねぎ 生姜	醤油 酒 みりん 酢 カレー粉 食塩	553	518	おにぎり
12	金	米飯 鮭のごまネーズ焼き ジャーマンポテト 野菜スープ すいか	牛乳 茹でとうもろこし せんべい	米 じゃが芋 マヨネーズ 油 三温糖 ごま	牛乳 鮭 ベーコン	とうもろこし すいか 玉葱 ほうれん草 人参	コンソメ 醤油 食塩 パセリ缶	508	433	おにぎり
13	土	ひき肉納豆丼 味噌汁 オレンジ	麦茶 マスカットゼリー クラッカー	米 クラッカー 三温糖 ごま油	豚挽肉 納豆 米みそ	オレンジ 人参 玉葱 コーン	醤油 みりん	428	401	
29	月	米飯 鶏肉のうま煮 ごま酢和え 味噌汁 オレンジ	牛乳 おかかおにぎり	米 三温糖 油 ごま	牛乳 鶏肉 豆腐 米みそ かつお節	オレンジ 大根 キャベツ 人参 胡瓜 玉葱 いんげん	醤油 酢 みりん 食塩	496	431	おにぎり
30	火	夏野菜カレー 人参サラダ キャベツとコーンのスープ バナナ	牛乳 マシュマロサンド	米 クラッカー 米粉 マシュマロ 油 三温糖	牛乳 豚挽肉 ツナ缶	バナナ 人参 玉葱 南瓜 もやし なす キャベツ りんご コーン	ケチャップ ウスターソース 醤油 コンソメ 酢 カレー粉 食塩	585	519	おにぎり
31	水	米飯 豆腐ハンバーグ れんこんのきんぴら 味噌汁 りんご	牛乳 マカロニきな粉	米 マカロニ 三温糖 片栗粉 米粉のパン粉 油 ごま油	牛乳 豚挽肉 豆腐 きな粉 米みそ	りんご れんこん 玉葱 人参 小松菜 いんげん	醤油 ケチャップ みりん 食塩	556	478	おにぎり

- ★青色文字は乳製品を使用しています。 ★赤色文字は小麦粉を使用しています。
- ★パン・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。マヨネーズは卵不使用のマヨドレを使用しています。
- ★材料仕入れの都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。
- ★乳児の朝おやつは月・水・金は牛乳、アンパンマンせんべい、火・木は牛乳、ビスケット、土はチーズです。
- ★味噌汁に使用している出汁は昆布、かつお節、煮干しを使用しています。

今月の平均給与栄養量					
	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)
幼児	538	23.0	17.8	269	2.0
乳児	472	19.7	16.5	254	1.6
	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	塩分 (g)
幼児	186	0.36	0.46	31	1.6
乳児	162	0.30	0.41	25	1.4