



10月 卵・小麦・魚アレルギー対応献立表



献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	エネルギー	献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	エネルギー
1	土	おにぎり(2種) 筑前煮 ほうれん草とえのきのおひたし	鮭ピン除去 ○ ○	胚芽 スティック →おこめ ボール	○	○	乳児 401 kcal 幼児 510 kcal	18	火	ご飯 ミニおでん 白菜のお浸し 麩と小松菜のみそ汁	○ うすら卵缶除去 おかか除去 麩→豆腐	チーズ クラッカー →ハイハイ ンタッチ	○	スイート ポテト →卵なし スイート ポテト	乳児 522 kcal 幼児 506 kcal
3	月	ご飯 かぼちゃの天ぷら ★浦上そば 飛鳥汁	○ 卵除去 小麦粉→米粉 ○ ○	○	○	○	乳児 451 kcal 幼児 566 kcal	19	水	ロールパン 鮭のチーズ焼き ブロッコリーとハムのサラダ かぼちゃ入りクリームシチュー	ロールパン→おにぎり(わかめ) 鮭→鶏肉 フレンチドレッシング→マヨドレ クリームシチュー→シチューの王子様 スキムミルク除去	アスパラ ガス →キャラメ ルコーン	○	麦ふあー パニラ →ソフトせ ん	乳児 509 kcal 幼児 521 kcal
4	火	けんちんうどん さつまいものレモン煮 三度豆のおかか和え	うどん→ライスパスタ ○ おかか除去	ひじき スティック →野菜入り ソフトせん	○	たべっ子 どうぶつ →こめ棒く ん	乳児 425 kcal 幼児 436 kcal	20	木	ご飯 チンジャオロース風炒め 中華サラダ トマトと卵のスープ	○ ○ 梅焼き除去 卵→豆腐 コンソメ→鶏ガラスープ	カルシウム せんべい →おこめ ボール	○	源氏パイ →ミニえび まるせん	乳児 492 kcal 幼児 542 kcal
5	水	ご飯 鯖のみそ煮 大豆の五目煮 麩と水菜のすまし汁	○ 鯖→鶏肉 ○ 麩→豆腐	○	○	○	乳児 441 kcal 幼児 489 kcal	21	金	ご飯 照り焼きチキン 小松菜とうす揚げのかりかりサラダ 豚汁	○ ○ ○ ○	ミニぼん こざかな →ハイハイ ンタッチ	○	エントリー →ふわふわ チップ	乳児 451 kcal 幼児 548 kcal
6	木	野菜たっぷりマーボー丼 エビしゅうまい わかめスープ	○ エビしゅうまい→シュウマイ(鶏ひき肉・玉ねぎ・塩・酒・みりん・ 淡口醤油・ごま油・片栗粉) 卵→豆腐 コンソメ→鶏ガラスープ	○	おさかなの ソーセージ →ミニゼ リー	エース コイン →ソフトせ ん	乳児 532 kcal 幼児 574 kcal	22	土	イエローロール バナナ 鶏と野菜のスープ(カレー風味) おさかなのソーセージ 牛乳	イエローロール→おにぎり(ゆかり) ○ ○ おさかなのソーセージ→ミニゼリー ○	○	牛乳 かりんとう →おこめ ボール	乳児 422 kcal 幼児 544 kcal	
7	金	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーのごま和え 三平汁	○ ○ ○ 鮭除去	きな粉 ウエハース →おこめ ボール	○	まがり せんべい→ 紫芋チップ カルビス○	乳児 503 kcal 幼児 570 kcal	24	月	ご飯 鶏の唐揚げ もやしときゅうりのゆかり和え 玉ねぎとうす揚げのみそ汁	○ 卵除去 小麦粉除去 ○ ○ ○	野菜 スティック →鉄入り たっぷりし らすくん	○	どら焼き →米粉の 卵なし どら焼き	乳児 502 kcal 幼児 560 kcal
8	土	運動会						25	火	栗ごはん 煮魚 人参サラダ はんぺんとわかめのすまし汁	○ 白身魚→鶏肉 ○ はんぺん→豆腐	カルシウム &テツ タマゴパン →キャラメ ルコーン	○	○	乳児 420 kcal 幼児 474 kcal
10	月	体育の日						26	水	ご飯 ひじき入りつくね照り焼き ほうれん草のごま和え 五目汁	○ ○ ○ ○	ミレー ビスケット →おこめ ボール	○	ビスコ →ソフトせ ん	乳児 502 kcal 幼児 501 kcal
11	火	ミネラルロール おからナゲット ひじきサラダ コーンスープ	ミネラルロール→おにぎり(ゆかり) ○ ツナ缶除去 マヨネーズ→マヨドレ コーンクリーム→コーンクリーム缶・フイヨン・塩 スキムミルク除去	○	○	マカロニ きなこ →白玉 きなこ	乳児 450 kcal 幼児 514 kcal	27	木	ほうとううどん ちくわの磯辺揚げ ブロッコリーのおかか和え	○ 小麦粉→米粉 おかか除去	ココナツ クリーム サンド →ハイハイ ンタッチ	おさかな ソーセージ →ミニゼ リー	シスコ ン(マイルド チョコ) →ミニえび まるせん 牛乳○	乳児 481 kcal 幼児 521 kcal
12	水	ご飯 鶏と大根の五目煮 もやしときゅうりのナムル 豆腐とねぎのみそ汁	○ ○ ○ ○	○	○	カリボテ →キャラメ ルコーン スルメ○	乳児 437 kcal 幼児 466 kcal	28	金	チキンライス えびフライ コールスローサラダ きのこのスープ	○ 小麦粉→米粉 パン粉除去(えびの天ぷら) フレンチドレッシング→マヨドレ ○	マンナ ウエファ →キャラメ ルコーン	○	海の仲間たち クッキー →米粉の卵な しクッキー ココア○	乳児 436 kcal 幼児 537 kcal
13	木	もぶりご飯 カラスカレイの照り焼き ほうれん草の梅焼き和え えのきと豆苗のみそ汁	○ カラスカレイ→鶏肉 梅焼き除去 ○	カルシウム &テツ ウエハース →ミニえび まるせん	○	ムーン ライト →えびせん べい満月	乳児 448 kcal 幼児 539 kcal	29	土	ミルクツイスト バナナ ウインナーと野菜のスープ 牛乳	ミルクツイスト→おにぎり(わかめ) ○ ○ ○	○	○	乳児 454 kcal 幼児 491 kcal	
14	金	ご飯 ★厚揚げと豚肉の炒め煮 キャベツとカニカマボン酢サラダ もずく入りかき玉汁	○ ○ ○ 卵→豆腐	こども ビスケット →おこめ ボール	○	○	乳児 413 kcal 幼児 492 kcal	31	月	ご飯 野菜のごまみそ煮 小松菜としめじのおひたし 豆腐とねぎのすまし汁	○ ○ おかか除去 ○	にぎにぎ ポーロ →白い風船	○	ハーベスト →海苔 チップス	乳児 478 kcal 幼児 497 kcal
15	土	おにぎり(2種) 肉じゃが 小松菜とツナのごま酢和え	鮭ピン除去 ○ ツナ缶除去	豆乳ラスク →キャラメ ルコーン	おさかなの ソーセージ →ミニゼ リー	ぼたぼた焼 →ソフトせ ん	乳児 429 kcal 幼児 558 kcal								
17	月	えび玉ラーメン 春巻き 三度豆のごま和え	中華そば→ライスパスタ 卵除去 ウエイパー→鶏ガラスープ 春巻き→ライスペーパー・もやし・ニラ・春雨・砂糖・醤油・片栗粉 ○	カルテツ いわし おかき →ミニえび まるせん	○	○	乳児 452 kcal 幼児 445 kcal								

※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつは、1〜3歳児。乳児デザートは、1歳児と2歳児のみの提供となります。
 ※10月より乳児には午前と午後のおやつに牛乳を提供します。ただし献立により、午後の牛乳は提供しない時がありますので、午後のおやつ献立表をご確認ください。幼児は、昼食時に牛乳を提供しています。
 ※エネルギーの目標値は 乳児：463 kcal 幼児：511 kcal です。エネルギーは、昼食・おやつ・牛乳の合計値です。
 ※エネルギーは通常献立のエネルギーです。

※コンソメは、使用可能ですが、調理の都合上フイヨンや鶏ガラスープに変更している場合があります。
 ※10/11(火)のコーンスープと10/19(水)のかぼちゃ入りクリームシチューは、調理の都合上スキムミルク除去になります。
 ※表示していませんが、牛乳は○になります。

