



5月 卵・乳アレルギー対応献立表2



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	
2	月	中華風おこわ エビしゅうまい 三度豆のごま和え 春雨スープ	○ ○ ○ ○			○	○	○	乳児 420 kcal 幼児 533 kcal	18	水	ミネラルロール ハンバーグ ごぼうサラダ 汁ビーフン	○ ○ ○ ○			○	○	○	乳児 485 kcal 幼児 532 kcal	
3	火			憲法記念日						19	木	ご飯 煮魚 白菜のお浸し 玉ねぎとうす揚げのみそ汁	○ ○ ○ ○			○	○	○	乳児 408 kcal 幼児 496 kcal	
4	水			みどりの日						20	金	ご飯 鶏と大根の五目煮 小松菜とツナのごま酢和え はんぺんとわかめのすまし汁	○ ○ ○ ○			○	○	○	乳児 415 kcal 幼児 555 kcal	
5	木			こどもの日						21	土	おにぎり2種 ほうれん草のおひたし 豚汁 牛乳	○ ○ ○ ○			○	○		乳児 421 kcal 幼児 460 kcal	
6	金	豚みそ丼 ブロッコリーのおかか和え 豆腐とねぎのすまし汁	○ ○ ○			○	○	○	乳児 417 kcal 幼児 524 kcal	23	月	舞茸と鶏のひじきご飯 納豆のぼくだん揚げ 三度豆のおかか和え 麩と水菜のすまし汁	○ ○ ○ ○			○	○	○	乳児 484 kcal 幼児 551 kcal	
7	土	カレーライス カニスパサラダ	○ マヨネーズ→マヨドレ			○	○		乳児 471 kcal 幼児 568 kcal	24	火	ハヤシライス コールスローサラダ きのこのスープ	○ ○ ○			○	○	○	乳児 422 kcal 幼児 537 kcal	
9	月	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草としらすのもみりし和え 五目汁	○ ○ ○ ○			○	○		みかん缶の ヨーグルト 和え →スキム ミルク除去 乳児 447 kcal 幼児 539 kcal	25	水	五目ラーメン かぼちゃの天ぷら 千切大根のサラダ	○ ○ ○	卵除去 ウエイパー→鶏ガラスープ ヨーグルト除去 マヨネーズ→マヨドレ			○	○	○	乳児 489 kcal 幼児 607 kcal
10	火	全粒粉のパン/いちごジャム 白身魚のフライ アスパラとハムのサラダ クラムチャウダー	○ ○ ○ ○			○	○		シスコーン (マイルド チョコ) ○ 牛乳除去 乳児 464 kcal 幼児 479 kcal	26	木	ご飯 カラスカレイの照り焼き れんこん入りきんぴらごぼう 厚揚げとねぎのみそ汁	○ ○ ○ ○			○	○	○	乳児 466 kcal 幼児 529 kcal	
11	水	ご飯 ひじき入りつくね照り焼き かぼちゃサラダ しめじと白菜のみそ汁	○ ○ ○ ○			○	○	○	乳児 475 kcal 幼児 600 kcal	27	金	レタスチャーハン えびフライ ブロッコリーとパプリカのサラダ ポテトスープ	○ ○ ○ ○	卵除去 フレンチドレッシング→マヨドレ			○	○	○	乳児 422 kcal 幼児 509 kcal
12	木	ご飯 すき焼き風煮 小松菜とうす揚げのかりかりサラダ 大根となめこのみそ汁	○ ○ ○ ○			○	○	○	乳児 411 kcal 幼児 473 kcal	28	土	ミニストロベリーツイスト バナナ ウインナーと野菜のスープ 牛乳	○ ○ ○ ○	牛乳→麦茶			○		乳児 456 kcal 幼児 505 kcal	
13	金	野菜たっぷりマーボー丼 三度豆と春雨のサラダ わかめスープ	○ ○ ○			○	○	○	乳児 454 kcal 幼児 584 kcal	30	月	ご飯 鶏の唐揚げ ジャーマンポテト 呉汁	○ ○ ○ ○			○	○	○	乳児 524 kcal 幼児 622 kcal	
14	土	ヘアロール バナナ 鶏と野菜のスープ おさかなのソーセージ 牛乳	○ ○ ○ ○ ○			○			乳児 420 kcal 幼児 522 kcal	31	火	ご飯 チンジャオロース風炒め 人参サラダ にら玉スープ	○ ○ ○ ○	卵→豆腐 コンソメ→鶏ガラスープ			○	○	○	乳児 480 kcal 幼児 589 kcal
16	月	ほうとうどん さつまいものレモン煮 ブロッコリーのごま和え	○ ○ ○			○	○	○	乳児 425 kcal 幼児 483 kcal											
17	火	★鶏飯 春巻き ハリハリサラダ	卵除去 ○ マヨネーズ→マヨドレ			○	○	○	乳児 482 kcal 幼児 618 kcal											

※新メニューには★印をつけています。
 ※エネルギーの目標値は 乳児：475 kcal 幼児：520 kcal です。土曜日の午後のおやつは決まっていないので、乳児は 50 kcal、幼児は70 kcalをプラスして計算しています。
 ※エネルギーは通常献立のエネルギーです。

※当面、市販のお菓子以外のスキムミルクは除去させていただきます。
 ※コンソメ、ウエイパーは、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。
 ※5/10のクラムチャウダーは調理の都合上シチューの王子様に変更します。

