



5月 卵アレルギー対応献立表



献立		食 材				献立	食 材								
月	日	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	○ 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・片栗粉・ごま油・シュウマイの皮) ○ ○ ○	○	○	○	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	○ ○ ○	○	○	チョイス →海苔 チップス	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	○ ○ ○ ○	にぎにぎ ポーロ →つなっこ	まがり せんべい →ミニ小魚 スナック	乳児 484 kcal 幼児 551 kcal	
7	土	カレーライス カニスパサラダ	○ カニカマ除去 マヨネーズ→マヨドレ	カルテツ いわし おかき →ミニミ レービス ケット	○		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	○ ○ ○ ○	○	○	○	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 卵除去 小麦粉→米粉 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	○ ○ ○ ○	○	○	○	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	○ ○ ○ ○	やおやさん カステラ →おさつで ボン	○	○	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 ○ ○ ○	○	ワッフル →パウンド ケーキ カルピス○	乳児 422 kcal 幼児 509 kcal
12	木	ご飯 すき焼き風煮 小松菜と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	○ ○ ○ ○	○	○	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	○ ○ ○ ○	卵除去 小麦粉→米粉 ○ ○ ○	○	カルテツ ピッコロ スティック →ミニ小魚 スナック	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	○ ○ ○ ○	○	○	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 ○ ○	○	○	○	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。

※コンソメ、ウエイパーは、卵アレルギーでも使用可能ですが、調理の都合上フィヨンや鶏ガラスープに変更している場合があります。
 ※5/11、5/25のサラダは調理の都合上ヨーグルト除去になっています。
 ※5/25、5/30の揚げ物には小麦粉の代わりに米粉を使用させていただきますがご了承ください。

