



6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
1	水	白いパン/いちごジャム カレーコロッケ 大豆サラダ スパゲティ-シチュー	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 492 kcal 幼児 551 kcal	17 金	カレーライス カニスパサラダ レタススープ	○ ○ ○	○	○	○	乳児 470 kcal 幼児 632 kcal
2	木	ご飯 ミニおでん ほうれん草とえのきのおひたし 豆腐と三つ葉のすまし汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 408 kcal 幼児 514 kcal	18 土	おにぎり 筑前煮 小松菜ととうす揚げのかりかりサラダ 牛乳	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 509 kcal 幼児 578 kcal
3	金	ご飯 鮭のチーズフライ もやしときゅうりのゆかり和え 五目汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 447 kcal 幼児 571 kcal	20 月	黒糖ロール チキンカツ ブロッコリーのサラダ えびとじゃがいもの豆乳スープ	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 516 kcal 幼児 540 kcal
4	土	おにぎり じゃがいもとツナの炊き合わせ 三度豆のごま和え 牛乳	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 442 kcal 幼児 505 kcal	21 火	ご飯 煮魚 チャプチェ 野菜たっぷりのみそ汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 535 kcal 幼児 659 kcal
6	月	ロールパン ミートボール ポテトサラダ コーンポタージュ	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 492 kcal 幼児 571 kcal	22 水	バナナの ヨーグルト 和え →スキムミ ルク除去	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 431 kcal 幼児 585 kcal
7	火	親子うどん さつまいものレモン煮 ブロッコリーのおかか和え	○ ○ ○	○	○	○	乳児 403 kcal 幼児 513 kcal	23 木	ご飯 かぼちゃの天ぷら 牛肉とこんにゃくのごま煮 鶏と白菜のつくね汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 461 kcal 幼児 623 kcal
8	水	ご飯 肉じゃが 小松菜としめじのおひたし 麩と水菜のすまし汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 474 kcal 幼児 610 kcal	24 金	ミートソーススパゲティ ごぼうサラダ きのこのスープ	○ ○ ○	○	○	○	乳児 459 kcal 幼児 552 kcal
9	木	中華丼 春雨ハムサラダ わかめスープ	○ ○ ○	○	○	○	乳児 489 kcal 幼児 599 kcal	25 土	ミニ黒糖ツイスト バナナ ウインナーと野菜のスープ 牛乳	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 481 kcal 幼児 520 kcal
10	金	ご飯 鰻のフライ 千切大根の煮物 さつま汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 482 kcal 幼児 591 kcal	27 月	焼きそば 春巻き のっぺい汁	○ ○ ○	○	○	○	乳児 429 kcal 幼児 495 kcal
11	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	○ ○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 408 kcal 幼児 522 kcal	28 火	きのこそばろの混ぜご飯 カラスカレイの照り焼き 三度豆とツナのサラダ 玉ねぎとわかめのみそ汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 485 kcal 幼児 561 kcal
13	月	ビビンバ 中華サラダ キャベツの野菜スープ	○ ○ ○	○	○	○	乳児 415 kcal 幼児 489 kcal	29 水	ご飯 炒り鶏 ほうれん草の梅焼き和え 豆腐とねぎのみそ汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 542 kcal 幼児 620 kcal
14	火	わかめご飯 ★さつま揚げ ほうれん草のごま和え 納豆汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 453 kcal 幼児 604 kcal	30 木	野菜たっぷりマーボー丼 ブロッコリーのごま和え トマトと卵のスープ	○ ○ ○	○	○	○	乳児 409 kcal 幼児 516 kcal
15	水	ジャージャー麺 エビしゅうまい 三度豆のおかか和え	○ ○ ○	○	○	○	乳児 482 kcal 幼児 511 kcal							
16	木	ご飯 牛肉の野菜煮 千切大根のサラダ えのきと水菜のすまし汁	○ ○ ○ ○	○	○	○	乳児 484 kcal 幼児 601 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。
 ※6/16の千切大根のサラダは調理の都合上ヨーグルト除去になります。

