

# 8月 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	献立		食 材		午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	
1	水	ご飯 ★鶏肉のレモンマリネ ほうれん草のナムル 大根となめこのみそ汁	* * ごま除去 醤油→小麦不使用醤油 *	*	ベビーダノン →ミゼリー	*	17	金	カレーうどん オクラともやしのじゃこ炒め がんもと里芋の煮物	カレールウ→カレーの王子様 醤油→小麦不使用醤油 (小麦特別対応) うどん→春雨 じゃこ除去 炒りごま除去 醤油→小麦不使用醤油 醤油→小麦不使用醤油	*	おさかな ソーセージ →ミゼリー	麦ふあ〜パニラ→木葉 せんべい	
2	木	ご飯 鯖の塩焼き 千切大根の煮物 具だくさんみそ汁	* 鯖→鶏肉 醤油→小麦不使用醤油 *	*	*	つなっこ→ハイハイ	18	土	豚ひき肉の春雨丼2 ほうれん草のごま和え2 牛乳	ウェイパー→鶏ガラスープ 醤油→小麦不使用醤油 じゃこ除去 すりごま除去 醤油→小麦不使用醤油 牛乳→お茶	*	*	ぱりんこ→ハイハイ	
3	金	ご飯 ゴーヤチャンプルー レタスのじゃこサラダ ソーミン汁	* 卵除去 オイスターソース除去 醤油→小麦不使用醤油 じゃこ除去 ポン酢→小麦不使用醤油・酢・砂糖 そうめん→春雨 炒りごま除去 醤油→小麦不使用醤油	*	*	ちんすこう→こめおこし	20	月	ご飯 パンパンジー ズッキーニとオクラの炒め物 うす揚げともやしのみそ汁	* トマト除去 ごま除去 醤油→小麦不使用醤油 醤油→小麦不使用醤油 *	*	いちごヨー グルト→ミ ゼリー	*	
4	土	おにぎり(ゆかり・鮭)2 吉野汁2 三度豆と春雨のサラダ2 牛乳	鮭除去 醤油→小麦不使用醤油 すりごま除去 マヨネーズ→マヨドレ 醤油→小麦不使用醤油 牛乳→お茶	*	*	畑のクラッカー→木葉 せんべい	21	火	ご飯 ボークビーンズ 小松菜とじゃこのおひたし かぼちゃとモロヘイヤのみそ汁	* トマト水煮除去 醤油→小麦不使用醤油 じゃこ除去 醤油→小麦不使用醤油 *	*	*	チョイス→木葉せんべ い	
6	月	ご飯 ★鶏肉のかわり揚げ 人参サラダ 豆腐ととろろ昆布のみそ汁	* 醤油→小麦不使用醤油 小麦粉→米粉 醤油→小麦不使用醤油 *	*	おさかな ソーセージ →ミゼリー	フルーツヨーグルト→ フルーツ もも缶・パイン缶・み かん缶	22	水	ご飯 鰯フライ ビーフン 里芋となめこのみそ汁	* 鰯→鶏肉 小麦粉→片栗粉 パン粉除去 いりごま除去 醤油→小麦不使用醤油 *	*	おさかな ソーセージ →ミゼリー	あずき入り牛乳寒天→ あずき入り豆乳寒天 小豆・豆乳・寒天	
7	火	ご飯 赤魚の煮付け ★小松菜と里芋のサラダ かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	* 赤魚→鶏肉 醤油→小麦不使用醤油 醤油→小麦不使用醤油 粉チーズ除去 *	*	ブルーベリーヨ グルト→ミゼ リー	*	23	木	ご飯 筑前煮 ひじきサラダ はんぺんとほうれん草のすまし汁	* 醤油→小麦不使用醤油 ツナ缶除去 醤油→小麦不使用醤油 はんぺん→豆腐 醤油→小麦不使用醤油	*	*	アスパラガス→ハイハ イン	
8	水	ご飯 牛肉と夏野菜のごまみそ炒め 三度豆のおかか和え おかひじきと油揚げのみそ汁	* トマト除去 ねりごま除去 おかか除去 醤油→小麦不使用醤油 *	*	*	*	24	金	ハヤシライスB マカロニサラダB オクラとじゃが芋のスープ	カットトマト缶除去 ハヤシフレーク・とろけるハヤシ→ハヤシの 王子様 (小麦特別対応) 雑穀米→ご飯 マヨネーズ→マヨドレ (小麦特別対応) マカロニ→春雨 コンソメ→野菜フイヨン	*	*	アイスクリーム→もも シャーベット	
9	木	雑穀ご飯 麻婆豆腐 ★わかめときゅうりのみぞれ和え きのこのスープB	雑穀除去 醤油→小麦不使用醤油 豆板醤除去 カニカマ除去 ポン酢→小麦不使用醤油・酢・砂糖 ウェイパー→鶏ガラスープ	*	*	*	25	土	麦ロール おさかなソーセージ クラムチャウダー2 バナナ 牛乳	(小麦特別対応) 麦ロール→ご飯 おさかなソーセージ→ミゼリー チャウダーの素・スキムミルク→鶏ガラスープ バナナ除去 牛乳→お茶	*	*	エースコイン→木葉せ んべい	
10	金	ご飯 鰹のパン粉焼き ひじきの中華風サラダ モロヘイヤと卵のみそ汁	* 鰹→鶏肉 パン粉除去 醤油→小麦不使用醤油 卵→豆腐	*	*	ビスコ→星っこ	27	月	白いパン ★かぼちゃのミートグラタン レタスののりサラダ ほうれん草とコーンのスープ	白いパン→麦ロール (小麦特別対応) 白いパン→ご飯 トマトピューレ・ウスターソース除去 じゃこ除去 醤油→小麦不使用醤油 *	*	*	マカロニきなこ→ふか し芋 じゃが芋・塩	
11	土							28	火	ご飯 鰹の天ぷら オクラの土佐和え 豆腐とわかめのみそ汁	* 鰹→鶏肉 小麦粉→米粉 醤油→小麦不使用醤油 かつお節除去 *	*	おさかな ソーセージ →ミゼリー	胚芽ビスコ→星っこ
13	月							29	水	ご飯 疑似豆腐 ★空芯菜の炒め物 だんご汁	* 卵除去 醤油→小麦不使用醤油 ウスターソース→醤油 醤油→小麦不使用醤油	*	*	ぼたぼた焼き→こめお こし
14	火							30	木	焼きそば 三度豆とツナのマヨサラダ 冬瓜とトマトのスープ	桜えび除去 ウェイパー→鶏ガラスープ 醤油→小麦不使用醤油 (小麦特別対応) 中華そば→米粉パスタ ツナ缶除去 マヨネーズ→マヨドレ トマト→プロッコリー コンソメ→野菜フイヨン	*	ベビーダノン →ミゼリー	*
15	水							31	金	ご飯 鮭のチーズ焼き 高野豆腐の煮物 じゃが芋と玉ねぎのみそ汁B	* 鮭→鶏肉 チーズ→塩こしょう 醤油→小麦不使用醤油 *	*	*	*
16	木							ご飯/高菜漬け 春巻き 千切大根のマヨ和え じゃが芋と豆のスープ	高菜漬け除去 手づくり春巻き(ライスペーパー・春雨・干し椎茸・人参・小麦不 使用醤油・砂糖・塩・油) 桜えび除去 マヨネーズ→マヨドレ コンソメ→野菜フイヨン	*	*	Caカルシウムせんべい →こめおこし	*	*

※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつは、0歳普通食、1〜2歳児。乳児デザートは、0歳普通食、1歳児と2歳児のみの提供となります。  
 ※エネルギーの目標値は 乳児：464 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。  
 “今月の郷土料理” 「ゴーヤチャンプルー」「ソーミン汁」「ちんすこう」  
 沖縄県の代表的な郷土料理です。野菜の王様であるゴーヤを様々な食材でチャンプルー(ごちゃまぜ)にして食べます。

