アレルギー予定献立表 （令和４年１０月　幼稚園）

献立ブロック （幼稚園）

10月5日(水)

御飯
牛乳
チンゲン菜のスープ
鶏肉のレモンあえ
わかめともやしのナムル

	食品名	分量
	米（50g）	1 食
乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本
	チンゲンサイ	8 g
	にんじん	8 g
	たまねぎ	16 g
	はるさめ	3.2 g
豆鶏	彩り野菜ミートボール	16 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	2.4 g
麦豆鶏豚ご	中華スープの素	0.8 g
	水	100 g
鶏	鶏むね皮つき	44 g
	食塩	0.16 g
	こしょう	0.03 g
	じゃがいもでんぷん	3.2 g
麦	小麦粉	4 g
	なたねてんぷら油	6 g
麦豆	しょうゆ（こいくち）	2.4 g
	砂糖・上白糖	2.4 g
	酢・穀物酢	0.8 g
	レモン(果汁)	0.8 g
	カットわかめ	0.4 g
	もやし（緑豆）	16 g
	きゅうり	12 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	0.8 g
ご	ごま油	0.8 g
ご	ごま（いりごま）	0.4 g
	食塩	0.16 g

10月6日(木)

減量黒糖パン
牛乳
キャベツときのこのスパゲティ
ブロッコリーとコーンのサラダ
さつまいもと栗のタルト

	食品名	分量
麦	減量コッペパン（56g）	1 こ
	黒砂糖	4.32 g
乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本
麦	スパゲティ(乾)	24 g
豚	豚ももひき肉	12 g
	キャベツ	20 g
	たまねぎ	20 g
	ぶなしめじ	8 g
	えのき茸	5.6 g
	にんじん	8 g
麦豆	しょうゆ（こいくち）	3.2 g
豆	マーガリン	1.2 g
	和風だしの素	0.96 g
	食塩	0.24 g
	こしょう	0.08 g
	ブロッコリー	28 g
	コーン	5.6 g
	ｻｳｻﾞﾝｱｲﾗﾝﾄﾞﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	5.6 g
豆	さつまいもと栗のタルト	1 こ

10月7日(金)

御飯
牛乳
いもたき
鰯の生姜煮
白菜と大豆の甘酢あえ

	食品名	分量
	米（50g）	1 食
乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本
鶏	鶏もも皮つき	16 g
	里芋	32 g
	こんにゃく(板)	16 g
	にんじん	16 g
豆	厚揚げ	13.6 g
	焼きちくわ	9.6 g
	砂糖・上白糖	2.24 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	4.24 g
麦豆	しょうゆ（こいくち）	0.8 g
	だしパック（いりこ）	0.96 g
	水	44 g
麦豆	いわしの生姜煮	1 こ
	はくさい	24 g
豆	大豆	5.6 g
	にんじん	4 g
豆	ツナ	3.2 g
	砂糖・上白糖	2 g
	酢・穀物酢	2 g
	食塩	0.32 g

10月12日(水)

御飯
牛乳
冬瓜の和風スープ
鶏肉の味噌マヨ焼き
キャベツとちくわの磯あえ

	食品名	分量
	米（50g）	1 食
乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本
	冬瓜	16 g
	にんじん	8 g
豆	木綿豆腐	20 g
豆	油あげ	3.2 g
	もやし（緑豆）	5.6 g
豆	えだまめ	4 g
	料理酒	4 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	2 g
	食塩	0.32 g
	和風だしの素	0.32 g
	水	96 g
鶏	鶏むね皮つき	44 g
豆	淡色辛みそ	2.8 g
	みりん風調味料	2.8 g
	砂糖・上白糖	1.36 g
	料理酒	1.04 g
麦豆	しょうゆ（こいくち）	0.56 g
豆	ノンエッグマヨネーズ	1.12 g
	キャベツ	24 g
	焼きちくわ	5.6 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	1.44 g
	のり(焼きのり)	0.24 g
	かつお節・花カット	0.12 g

アレルギー除去食対応

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ﾋﾟ:落花生 ｴﾋ:えび 蟹:かに 鮑:あわび ｲｶ:いか ら:いくら ｵﾚ:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
豚:豚肉 ﾏﾂ:まつたけ ﾓﾓ:もも 芋:やまいも り:りんご ｾﾞ:ゼラチン ﾊﾞ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド

アレルギー予定献立表 （令和４年１０月　幼稚園）

献立ブロック （幼稚園）

10月13日(木)

コッペパン
牛乳
クリームシチュー
大学芋
ポパイサラダ
マーガリン

	食品名	分量
麦	コッペパン（60g）	1 こ
乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本
豚	ベーコン	12 g
	たまねぎ	24 g
	にんじん	16 g
	ブロッコリー	12 g
麦	マカロニデリカ	2.4 g
乳麦豆鶏豚	シチューミックス	8 g
	なたねサラダ油	0.24 g
乳	脱脂粉乳	2.4 g
	食塩	0.16 g
	こしょう	0.02 g
	ワイン（白）	0.8 g
	水	88 g
	さつまいも	48 g
	なたねてんぷら油	6 g
	砂糖・上白糖	4.8 g
ご	黒ごま（いりごま）	0.4 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	0.64 g
	水	2.4 g
	ほうれんそう	24 g
	にんじん	5.6 g
	コーン	5.6 g
豆	ノンエッグマヨネーズ	5.6 g
	食塩	0.08 g
	こしょう	0.02 g
	マーガリン	1 こ

アレルギー除去食対応

クリームシチュー
→ ①脱脂粉乳除去
②ルウ変更
（アレルゲン：無し）

10月14日(金)

御飯
牛乳
筑前煮
カツオコロッケ（気仙沼産）
かぶのすだち和え

	食品名	分量
	米（50g）	1 食
乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本
鶏	鶏もも皮つき	16 g
	焼きちくわ	12 g
	ごぼう	16 g
	れんこん	12 g
	こんにゃく(板)	20 g
	にんじん	20 g
	砂糖・上白糖	2.4 g
	和風だしの素	0.32 g
麦豆	しょうゆ（こいくち）	2.4 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	2.4 g
	みりん風調味料	0.8 g
	なたねサラダ油	0.4 g
	水	24 g
麦豆	カツオコロッケ	1 こ
	なたねてんぷら油	5 g
豆	ツナ	4 g
	かぶ	24 g
	きゅうり	8 g
	すだち(果汁)	0.8 g
	砂糖・上白糖	1.6 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	1.6 g
	酢・穀物酢	0.8 g

10月19日(水)

御飯
牛乳
秋野菜の沢煮椀
おのっこおさつコロッケ
ほうれん草のおひたし

	食品名	分量
	米（50g）	1 食
乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本
豆	さつま揚げ	5.6 g
	にんじん	8 g
	ごぼう	12 g
	干ししいたけ	0.64 g
	えのき茸	8 g
	かぶ	16 g
鯖	だしパック	1.6 g
	食塩	0.16 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	4 g
	水	100 g
麦	おのっこおさつコロッケ	1 こ
	なたねてんぷら油	6 g
	ほうれんそう	29.6 g
豆	油あげ	4 g
	かつお節・花カット	0.56 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	1.6 g

10月21日(金)

御飯
牛乳
きのこたっぷり味噌汁
かぼちゃの豆腐寄せ
焼き豚

	食品名	分量
	米（50g）	1 食
乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本
	なめこ	8 g
	まいたけ	5.6 g
	ぶなしめじ	8 g
	焼きちくわ	4 g
豆	厚揚げ	9.6 g
	にんじん	8 g
	オクラ	5.6 g
豆	淡色辛みそ	6 g
	和風だしの素	0.4 g
	水	96 g
豆	かぼちゃの豆腐寄せ	1 こ
豚	豚もも肉	36 g
	土しょうが	0.56 g
	こしょう	0.02 g
	砂糖・上白糖	1.2 g
	みりん風調味料	2.4 g
麦豆	しょうゆ（こいくち）	4.16 g
	水	8 g

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ﾋﾟ:落花生 ｴﾋ:えび 蟹:かに 鮑:あわび ｲｶ:いか ら:いくら ｵﾚ:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
豚:豚肉 ﾏﾂ:まつたけ ﾓﾓ:もも 芋:やまいも り:りんご ｾﾞ:ゼラチン ﾊﾞ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド

アレルギー予定献立表 （令和４年１０月　幼稚園）

献立ブロック （幼稚園）

10月26日(水)			10月27日(木)			10月28日(金)		
御飯 牛乳 吉野汁 豚肉の生姜焼き風 きゅうりの梅昆布あえ			減量コッペパン 牛乳 焼きそば 根菜のごまマヨサラダ りんご			チキンカレー 牛乳 コーンたっぷりコロッケ ブロッコリーとカリフラワーのマリネ		
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量
	米（50g）	1 食	麦	減量コッペパン（56g）	1 こ		米（麦御飯用）（40g）	1 食
乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本	乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本		米粒麦	4 g
鶏	鶏むね皮つき	12 g	麦	焼きそば麺	20 g	鶏	鶏ひき肉	16 g
	にんじん	8 g	豚	ベーコン	8 g		じゃがいも	32 g
豆	木綿豆腐	24 g	豆	さつま揚げ	8 g		たまねぎ	32 g
	ほうれんそう	8 g	仆	いか	12 g		にんじん	16 g
豆	油あげ	3.2 g		キャベツ	32 g		グリンピース	4 g
	干ししいたけ	0.24 g		たまねぎ	24 g	乳	脱脂粉乳	2.4 g
鯖	だしパック	1.6 g		にんじん	8 g		なたねサラダ油	0.24 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	3.6 g		粉がつお	0.48 g		食塩	0.24 g
	食塩	0.16 g		こしょう	0.04 g		こしょう	0.06 g
	じゃがいもでんぷん	1.04 g	り	とんかつソース	11.2 g	り	ソース（中濃）	2.4 g
	水	100 g		ウスターソース	3.2 g		ワイン（白）	0.8 g
豚	豚スライス肉	28 g		なたねサラダ油	0.32 g	乳麦豆豚りバ	バーモントカレー	6.4 g
	たまねぎ	32 g		ごぼう	16 g	乳麦豆鶏豚りご	ジャワカレー	3.2 g
麦豆	生姜焼きのたれ	7.2 g		れんこん	12 g		水	88 g
	なたねサラダ油	0.24 g		コーン	5.6 g	乳	牛乳（飲用普通牛乳）	1 本
	きゅうり	28 g	豆	ノンエッグマヨネーズ	3.2 g	麦豆	コーンフライ	1 こ
	にんじん	5.6 g	ご	いりごま・すり	1.28 g		なたねてんぷら油	5 g
麦豆	しょうゆ（うすくち）	1.12 g	麦豆	しょうゆ（うすくち）	0.96 g	豆	ツナ	4 g
	梅びしお	0.4 g		酢・穀物酢	0.8 g		ブロッコリー	21.6 g
り	減塩梅びしお	0.24 g	り	カットりんご	1 こ		カリフラワー	8 g
	砂糖・上白糖	0.64 g					酢・穀物酢	2.16 g
	乾燥カリカリ梅	0.12 g					砂糖・上白糖	1.36 g
牛豆豚	刻み昆布	0.4 g					食塩	0.24 g
							オリーブオイル	1.2 g
						麦牛豆	マギーブイヨン	0.16 g
							こしょう	0.04 g
アレルギー除去食対応						**チキンカレー** → ①脱脂粉乳除去 ②ルウ変更 （アレルゲン：大豆、小麦）		

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ﾋﾟ:落花生 ｴﾋ:えび 蟹:かに 鮑:あわび 仆:いか ら:いくら ｵﾚ:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
豚:豚肉 ﾏﾂ:まつたけ ﾓﾓ:もも 芋:やまいも り:りんご ｾﾞ:ゼラチン ﾊﾞ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド