

・給食を提供するにあたり、毎月献立の食材について確認させていただいております。
 該当項目に下記の通りチェックをお願いいたします。
 ・アレルギー食品:ピンクのマーク
 ・食べたことがない食品:黄色のマーク

※確認した食材の対応については保護者と相談して決めます。
 ※アレルギーに関しては医師の指示のもと調整し、対応させていただきます。

お名前:

月	日	給食	アレルギー	3色食品群	アレルギー	給食	アレルギー	3色食品群	アレルギー
10月	16日	ほうとう風うどん ほうれん草の中華和え フルーツ(オレンジ)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの うどん・ごま油・砂糖・ 小魚と青のりリング・ 小麦粉・油	血や肉や骨になるもの 牛乳・鶏肉・豚肉・油 揚げ	体の調子を 整えるもの インゲン・オレンジ・か ぼちゃ・キャベツ・ほう れん草・人参・大根	アレルギー (乳・小麦・卵・大豆)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	鉄分強化！ふりかけご飯 助産タラの竜田焼き キャベツと鶏肉の炒め煮 みそ汁 フルーツ(黄桃缶)
10月	17日	さつま芋おにぎり 豚肉と秋野菜のみそ炒め 春雨サラダ フルーツ(りんご)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ごま・ごま油・ご飯・さ つま芋・ベーキングパ ウダー・わかめせんべ い・砂糖・春雨・小麦 粉・油	血や肉や骨になるもの 牛乳・豚肉・有機豆乳 無調整	体の調子を 整えるもの きゅうり・パプリカ黄・ ほうれん草・りんご・レ ズン・れんこん・人参・舞 茸	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・花ふ・砂糖・ 片栗粉・油・いわし せんべい
10月	18日	白糸タラのココロロ甘辛揚げ 鶏ささみと野菜の3色サラダ みそ汁 フルーツ(バナナ)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ご飯・じゃが芋・砂糖・ 小麦すなっく・片栗 粉・油	血や肉や骨になるもの シロイタダ・ちりめん 干し・牛乳・鶏肉・納 豆・有機豆乳無調整	体の調子を 整えるもの あおさ粉・のり・バナナ・ ブロッコリー・もやし・玉 ねぎ・人参・水菜	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	きんぴらご飯 カラスカレイの漬け焼き かぼちゃの甘煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)
10月	19日	ご飯 ふんわりつくね焼き かぶの詰め煮 すまし汁	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの かぼちゃ&にんじんリ ング・ごま・ご飯・ソ ーメン・砂糖・粉・片 栗粉・油	血や肉や骨になるもの きな粉・牛乳・鶏肉・ 大豆・有機豆乳無調 整	体の調子を 整えるもの かぶ・チンゲン菜・ト マト・ワカメ・人参・生 姜・長ねぎ	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・小麦 粉・油・イチゴジャ ム・しらす・わかめ せんべい・ベーキン グパウダー・小麦粉
10月	20日	鉄分強化！ふりかけご飯 ポテトサラダ マカロニとキャベツのサラダ フルーツ(りんご)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの イチゴジャム・ご飯・さ つま芋・ツイストマ カロニとキャベツのサ ラダ・フルーツ(りんご) お好み焼き	血や肉や骨になるもの おから・牛乳・鶏肉・ 有機豆乳無調整	体の調子を 整えるもの キャベツ・コーン・パ セリ・りんご・玉ねぎ・人 参	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・小麦 粉・油・イチゴジャ ム・しらす・わかめ せんべい・ベーキン グパウダー・小麦粉
10月	21日	ご飯 秋鮭の磯風味焼き ひじきの炒り煮 具だくさん汁 ヨーグルト	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ごま・ごま油・ご飯・ 小麦すなっく・片栗 粉・油	血や肉や骨になるもの ヨーグルト・牛乳・秋 鮭・豚肉	体の調子を 整えるもの あおさ粉・かぼちゃ・グ リンピース・しめじ・ト マト・ひじき・玉ねぎ・小 松菜・人参・白桃缶	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・小麦 粉・油・ごま・小麦 せんべい・片栗粉
Sports Festival									
お休み									
10月	22日	ご飯 鶏肉のごまみそ焼き きゅうりとトマトのコーンサラダ すまし汁	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ごま・ごま油・ご飯・ 花ふ・砂糖・油・ご 飯・わかめせんべ い	血や肉や骨になるもの 鶏肉・牛乳	体の調子を 整えるもの かぶ・きゅうり・コ ーン・トマト・ブロッ コリー・キャベツ・枝 豆	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・小麦 粉・油・ごま・小麦 せんべい
10月	23日	ご飯 カラスカレイの甘辛煮 鶏ささみと大根のワカメサラダ みそ汁 フルーツ(黄桃缶)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ご飯・マヨネーズ・ 砂糖・バター・ベー キングパウダー・小 魚すなっく・小麦粉	血や肉や骨になるもの カラスカレイ・鶏肉 無調整	体の調子を 整えるもの ほうれん草・ワカメ・ 人参・水菜・大根・か ぼちゃ・レズン	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・小麦 粉・油・ごま・小麦 せんべい
10月	24日	ご飯 豚肉のねぎソース 炒りおから みそ汁	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ごま油・ご飯・しらす &わかめせんべい・ バター・ベーキング パウダー・砂糖・小麦 粉・油	血や肉や骨になるもの おから・牛乳・鶏肉・ 大豆・有機豆乳無調 整	体の調子を 整えるもの インゲン・かぼちゃ・カ リフラワー・レズン・人 参・長ねぎ・白菜	アレルギー (乳・小麦・え び)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・片 栗粉・油・かぼちゃ &にんじんリング・ ツイストマカロニ
10月	25日	ボーカカレーライス トマトのバナナサラダ フルーツ(オレンジ)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ご飯・じゃが芋・ツイ ストマカロニ・ほう れん草・小松菜・せん べい・砂糖・油	血や肉や骨になるもの きな粉・ツナフレーク 缶・牛乳・豚肉	体の調子を 整えるもの オレンジ・トマト・りんご ・玉ねぎ・枝豆・人 参	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	く・ごま・ご飯・砂 糖・生麩・もみじ・片 栗粉・油・どろこし すなっく・バター・ ベーキングパウダー
10月	26日	納豆ごはん 鶏肉のから揚げ きゅうりのしらす和え みそ汁	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ごま・ご飯・バター・ ベーキングパウダー・ 砂糖・小魚と青のり リング・小麦粉・焼 き・片栗粉・油	血や肉や骨になるもの しらす干し・牛乳・鶏 肉・納豆・有機豆乳 無調整	体の調子を 整えるもの キャベツ・きゅうり・チ ンゲン菜・人参・生 姜・洋なし缶	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ごま油・ご飯・マ ヨネーズ・砂糖・小麦 粉・油・ごま・小麦 せんべい・さつま芋
10月	27日	麻婆豆腐風丼 切干大根のサラダ すまし汁	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ごま油・ご飯・さつま 芋・わかめせんべい・ 砂糖・片栗粉・油	血や肉や骨になるもの 牛乳・鉄強化チーズ・ 豆腐・豚肉・油揚げ・ 有機豆乳無調整	体の調子を 整えるもの グリーンピース・しめ じ・トマト・玉ねぎ・小 松菜・人参・切干大 根・長ねぎ	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・油・い わしせんべい・うど ん・片栗粉
10月	28日	鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのごま焼き 鶏ささみとブロッコリーのおかか和え みそ汁 フルーツ(白桃缶)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの うどん・ごま・ご飯・花 ふ・砂糖・小麦すな っく・片栗粉・油	血や肉や骨になるもの カラスカレイ・花かつ お・牛乳・鶏肉	体の調子を 整えるもの ピーマン・ブロッコ リー・玉ねぎ・小松 菜・人参・白桃缶	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・小麦 粉・油・ごま・小麦 せんべい・うど ん・片栗粉
10月	29日	ご飯 豚肉のバター醤油炒め 豆とひじきのサラダ 具だくさん汁	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ご飯・バター・マ ヨネーズ・砂糖・し らす・わかめせんべ い・小麦粉・油	血や肉や骨になるもの 大豆・豆腐・豚肉・ 牛乳	体の調子を 整えるもの ごぼう・チンゲン菜・ ひじき・ブロッコ リー・玉ねぎ・赤 ピーマン・ キャベツ	アレルギー (乳・小麦・卵 ・大豆)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・片栗 粉・油・ベーキン グパウダー・ほう れん草・小松菜・ せんべい・小麦粉
10月	30日	ほうとう風うどん ほうれん草の中華和え フルーツ(オレンジ)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの うどん・ごま油・とう ろこしすなっく・砂 糖・小麦粉・油	血や肉や骨になるもの 牛乳・鶏肉・豚肉・油 揚げ	体の調子を 整えるもの インゲン・オレンジ・か ぼちゃ・キャベツ・ほう れん草・人参・大根	アレルギー (乳・小麦)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・片栗 粉・油・ベーキン グパウダー・ほう れん草・小松菜・ せんべい・小麦粉
10月	31日	ご飯 豆腐と豚肉のくずし煮 白菜と枝豆のエビ風味和え みそ汁	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	熱や力になるもの ご飯・花ふ・砂糖・ 片栗粉・油・じゃが 芋・バター・小魚と 青のりリング・片栗 粉・油	血や肉や骨になるもの 鶏肉・チーズ・牛乳	体の調子を 整えるもの しめじ・ほうれん草・ 枝豆・人参・白菜・グ リンピース・りんご	アレルギー (乳・小麦・え び)	牛乳 小麦 卵 お好み焼き	ご飯・砂糖・小麦 粉・油・ごま・小麦 せんべい・うど ん・片栗粉

年齢	給食栄養目標量	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g
3~5歳	585/24.1/16.2/85.5/1.8未満	622	24.1	18.4
1~2歳	485/20.1/13.5/71.0/1.5未満	505	19.8	15.6

※3色食品群は食品に含まれる栄養素を見た目で分りやすくするための目安です。香辛料や正油・みそなどの調味料は3色食品群に分類されない。記載していません。
 ※調味料のアレルギー表示は弊社でお届けしたものに限りです。また、コンマ等のアレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認下さい。
 ※都合により、献立を変更する場合がございます。

※1~2歳児の栄養価は、午前おやつ・昼食・午後おやつの合計栄養価になります。