

・給食を提供するにあたり、毎月献立の食材について確認し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
 ・食べたくない食品: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てさせていただきます。
 ※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		3色食品群以外の使用食材		アレルギー (アレルギー表示のない食品は除外)	
			アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
4	1	金	ハヤシライス 白菜ともやしサラダ スープ フルーツ(バナナ)	牛乳 豆花クッキー 牛乳 赤福風もちもち	ごま油・ご飯・砂糖・油・豆花クッキー	豚肉・牛乳・しんあん	なす・パセリ・バナナ・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	SBハヤシの王子さま 豚肉・鶏・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	乳・小麦	
2	土	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの洋風ごま照り焼き 豚肉とさつま芋の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 キャラットせんべい 牛乳 洋梨ケーキ	ごま・ご飯・さつま芋・バター・砂糖・小麦粉・油・キャラットせんべい	スクワタラ・豚肉・味噌・牛乳・豆乳	オレンジ・キャベツ・れんじ・チンゲン菜・人参・洋梨	ふりかけ・みりん風調味料・酒・だし汁・醤油・ベーキングパウダー	乳・小麦		
3	日	お休み								
4	月	チキンライス かぼちゃのグラタン風 スープ フルーツ(白桃缶)	牛乳 お米のスターバフ 牛乳 レーズのしっとりクッキー	ご飯・バター・パン粉・小麦粉・お米のスターバフ・砂糖	ツナフレーク缶・鶏肉・豆乳・牛乳	かぼちゃ・グリーンピース・ブロッコリー・わかめ・玉ねぎ・人参・白桃缶・レーズン	ケチャップ・出し汁・醤油・水・精製塩・バター・キングパウダー	乳・小麦		
5	火	ご飯 鮎の磯辺焼き 豚肉と切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 マカロニきなこりんご	ご飯・砂糖・片栗粉・油・プレーンクラッカー・マカロニ	鮎・豚肉・味噌・牛乳・きな粉	あおさ粉・インゲン・みりん風調味料・酒・だし汁・醤油	乳・小麦			
6	水	ご飯 ふんわりつね焼き 小松菜のちりめん炒め すまし汁	牛乳 胚芽クッキー 牛乳 ブルーベリージャム サンドパン	ごま油・ご飯・パン粉・花ふ・砂糖・油・胚芽粉・ブルーベリージャム・パン	ちりめん干し・鶏肉・豆腐・味噌・牛乳	トマト・ワカメ・小松菜・人参・生薬・長ねぎ	出し汁・醤油・水・精製塩	乳・小麦		
7	木	ご飯 お宗タラの(ハ)粉揚げ かぼちゃとささみのとろみ煮 みそ汁 ヨーグルト	牛乳 やさしいスティック 牛乳 豆乳寒天入り フルーツポンチ	ご飯・パン粉・砂糖・小麦粉・片栗粉・油・やさしいスティック	シロイタダ・ヨーグルト・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ・牛乳・豆乳	かぼちゃ・グリーンピース・チンゲン菜・粉寒天・ミカン缶・バナナ缶・キウイフルーツ	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	乳・小麦		
8	金	みそ煮込みうどん お豆腐の中華サラダ フルーツ(オレンジ)	牛乳 おさつでぼん 牛乳 ツナチャーハン	うどん・ごま油・砂糖・おさつでぼん・ご飯	豆腐・豚肉・味噌・油揚げ・牛乳・ツナフレーク缶	インゲン・オレンジ・トマト・ワカメ・玉ねぎ・人参・白菜・ねぎ・コーン	出し汁・醤油・酒・精製塩・みりん風調味料	乳・小麦		
9	土	ご飯 カラスカレイのみそ焼き トマトときゅうりのサラダ すまし汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 チーズスコーン	ご飯・砂糖・小麦粉・油・南瓜ボーロ・パン	カラスカレイ・味噌・牛乳・チーズ・豆乳	オレンジ・キャベツ・きゅうり・ごぼう・トマト・玉ねぎ・人参	みりん風調味料・酒・だし汁・醤油・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦		
10	日	お休み								
11	月	鉄分強化！ふりかけご飯 さつま芋のツナクロック 鶏肉と豆腐の煮物 みそ汁	牛乳 まんまぼんせん 牛乳 ホットケーキ 豆乳ジャム添え	ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小麦粉・油・まんまぼんせん	ツナフレーク缶・鶏肉・豆腐・味噌・油揚げ・牛乳・豆乳	インゲン・トマト・玉ねぎ・人参・白菜	ふりかけ・出し汁・醤油・水・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦		
12	火	ご飯 助宗タラの甘酢揚げ 豚肉と大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	牛乳 豆花クッキー 牛乳 ツナマヨトースト	ご飯・砂糖・小麦粉・油・豆花クッキー・食パン・ノンエックマヨネーズ	スクワタラ・豚肉・味噌・牛乳・ツナフレーク缶	オレンジ・チンゲン菜・パプリカ・玉ねぎ・人参・大根・パセリ	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	乳・小麦		
13	水	ミートスパゲッティ 白菜と人参のツナサラダ スープ	牛乳 お星様せんべい 牛乳 しらす&おかふと ふりかけおにぎり	スパゲッティ・砂糖・小麦粉・油・お星様せんべい・ご飯・ごま油	ツナフレーク缶・鶏肉・豆腐・牛乳・しらす・花かつお	パセリ・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	ウスターソース・ケチャップ・酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩・ふりかけ	乳・小麦		
14	木	ご飯 白糸タラの甘辛揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁 ヨーグルト	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 豆乳くずもち風 ヨーグルト	ご飯・さつま芋・砂糖・片栗粉・油・プレーンクラッカー	シロイタダ・ヨーグルト・豚肉・味噌・牛乳・豆乳・きな粉	キャベツ・ひじき・人参・大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・だし汁・醤油・水	乳・小麦		
15	金	ハヤシライス 白菜ともやしサラダ スープ フルーツ(バナナ)	牛乳 パセリスティック 牛乳 プレーンフライ	ごま油・ご飯・砂糖・油・パセリスティック・じゃが芋・小麦粉	豚肉・牛乳	なす・パセリ・バナナ・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	SBハヤシの王子さま 豚肉・鶏・出し汁・醤油・酢・水・精製塩・ケチャップ	乳・小麦		
年齢		給食栄養目標量	当月平均給食栄養量							
3~5歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	塩分g	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g				
1~2歳	390/16.1/10.8/57.0/1.1未満	1.6	387	16.1	10.5	57.0				
	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	1.3	287	11.9	7.8	43.9				

月	日	給食	アレルギー		3色食品群		3色食品群以外の使用食材		アレルギー (アレルギー表示のない食品は除外)	
			アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー		
16	土	ご飯 鶏肉と野菜のソテー 大根とワカメのじやこサラダ みそ汁	牛乳 きなこせんべい 牛乳 白桃ケーキ	ご飯・花ふ・砂糖・油・きなこせんべい・小麦粉・バター	ちりめん干し・鶏肉・味噌・牛乳・豆乳	パプリカ・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根・万能ねぎ・白桃缶	出し汁・醤油・酢・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦		
17	日	お休み								
18	月	ご飯 白糸タラのサクサク天ぷら 豚肉とチンゲン菜のごま煮 みそ汁 フルーツ(洋なし缶)	牛乳 おさつでぼん 牛乳 オレンジゼリー チーズ	ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・焼酎・米粉・油・おさつでぼん	シロイタダ・豚肉・味噌・牛乳・チーズ	ごぼう・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・洋なし缶・オレンジジュース・粉寒天	酒・出し汁・醤油・水・精製塩	乳・小麦		
19	火	ご飯 豆腐のそぼろあんかけ 白菜サラダ すまし汁	牛乳 南瓜ボーロ 牛乳 米粉のしらすチヂミ	ご飯・ソーメン・ノンエックマヨネーズ・砂糖・片栗粉・油・南瓜ボーロ・米粉・ゴマ油	鶏肉・豆腐・油揚げ・牛乳・しらす	パプリカ赤・玉ねぎ・人参・白菜・白米・コラー	みりん風調味料・酒・だし汁・醤油・精製塩	乳・小麦		
20	水	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのおろし煮 豚肉のもやし炒め みそ汁 フルーツ(バナナ)	牛乳 お米のスターバフ 牛乳 ヨーグルトケーキ	ご飯・砂糖・片栗粉・お米のスターバフ・小麦粉・バター	スクワタラ・豚肉・味噌・牛乳・ヨーグルト	なす・バナナ・ほうれん草・もやし・人参・白桃缶・万能ねぎ・レーズン	出し汁・醤油・酢・精製塩・ベーキングパウダー	乳・小麦		
21	木	ご飯 豚肉と春野菜の豆乳クリーム煮 スープ	牛乳 まんまぼんせん 牛乳 キャラメル風おろしケーキ	ごま油・ご飯・砂糖・春油・小麦粉・油・まんまぼんせん・焼酎・バター	豆乳・豚肉・牛乳	キャベツ・きゅうり・コーン・しめじ・スパゲッティ・トマト・玉ねぎ・人参・りんご	酒・出し汁・醤油・酢・水・精製塩	乳・小麦		
22	金	ご飯 エビと野菜のトマト煮込み 白菜と鶏肉のマヨ醤油炒め みそ汁	牛乳 胚芽クッキー 牛乳 きなこクリームパン	ご飯・ノンエックマヨネーズ・砂糖・油・胚芽粉・小麦粉・食パン・黒ごま	エビ・鶏肉・味噌・牛乳・きな粉・豆乳	カットトマト・パプリカ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・白菜	ケチャップ・酒・出し汁・醤油・水・精製塩	乳・小麦		
23	土	ひじきご飯 豚肉とがばちの甘辛炒め 豆腐とチンゲン菜のツナ煮 みそ汁	牛乳 キャラットせんべい 牛乳 ドーナツ	ご飯・砂糖・油・キャラットせんべい・小麦粉・バター	ツナフレーク缶・豆腐・豚肉・味噌・油揚げ・牛乳	かぼちゃ・チンゲン菜・ひじき・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・だし汁・醤油・酢・ベーキングパウダー	乳・小麦		
24	日	お休み								
25	月	ご飯 豚肉とアロココリーの炒め物 切干大根ときゅうりのサラダ みそ汁	牛乳 プレーンクラッカー 牛乳 鮎フレックとわかめ おにぎり	ごま油・ご飯・砂糖・油・プレーンクラッカー・白ごま	豚肉・味噌・牛乳・鮎フレック	きゅうり・ごぼう・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・切干大根・長ねぎ	みりん風調味料・酒・だし汁・醤油・酢・わかめ	乳・小麦		
26	火	ご飯 鶏肉と野菜の煮物 キャベツとコーンのマヨ醤油サラダ みそ汁	牛乳 お星様せんべい 牛乳 ミコナオタンスバクティ	ご飯・じゃが芋・ノンエックマヨネーズ・砂糖・油・お星様せんべい・スバクティ	鶏肉・味噌・牛乳・ツナフレーク缶	キャベツ・グリーンピース・コーン・ワカメ・玉ねぎ・人参・ピーマン	みりん風調味料・酒・だし汁・醤油・ケチャップ・ウスターソース	乳・小麦		
27	水	鉄分強化！ふりかけご飯 鮎の蒲焼風 豚肉とがばちの煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)	牛乳 まんまぼんせん 牛乳 豆乳寒天 イチゴジャムソース	ご飯・砂糖・小麦粉・油・まんまぼんせん・いちごジャム	鮎・豚肉・味噌・油揚げ・牛乳・豆乳	かぼちゃ・しめじ・バナナ・小松菜・人参・生薬・粉寒天	みりん風調味料・酒・だし汁・醤油・ケチャップ	乳・小麦		
28	木	アイス パン ト 菓 立	牛乳 やさしいスティック 牛乳 ピザトースト	ごま油・ご飯・さつま芋・砂糖・小麦粉・油・やさしいスティック・食パン・ノンエックマヨネーズ	ツナフレーク缶・鶏肉・牛乳・チーズ	インゲン・オレンジ・ごぼう・のり・パプリカ赤・人参・生薬・白米・粉寒天	酒・出し汁・醤油・水・精製塩・ケチャップ	乳・小麦		
29	金	お休み								
30	土	ご飯 鶏肉と野菜のソテー 大根とワカメのじやこサラダ みそ汁	牛乳 豆花クッキー 牛乳 フルーツヨーグルト	ご飯・花ふ・砂糖・油・豆花クッキー	ちりめん干し・鶏肉・味噌・牛乳・ヨーグルト	インゲン・パプリカ赤・ワカメ・玉ねぎ・人参・大根・ミカバネ・黄桃缶・キウイフルーツ	出し汁・醤油・酢・精製塩	乳・小麦		

※3色食品群は食品中に含まれる栄養素を見た目で分かる目安です。3色食品群に分類されない食材は、3色食品群以外の使用食材に記載しております。

※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ません。
 ※都合により、献立を変更する場合がございます。

塩分g
1.6
1.3

