

・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： _____

日付	メニュー	3色食品群					アレルギー (アレルギー表示品)						
		午後おやつ 熱や力になるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を 整えるもの	3色食品群以外の 使用食材	アレルギー (アレルギー表示品)							
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・油・出し汁・醬 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 キャロットせんべい 牛乳 洋梨ケーキ	ごま・ご飯・さつま芋・ バター・砂糖・小麦粉・ 油・キャロットせんべい 油	スクソウタラ・豚肉・味 噌・牛乳・豆乳	オレンジ・キャベツ・玉 ねぎ・チンゲン菜・人 参・洋梨	ふりかけ・みりん風調 味料・酒・出し汁・醬 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 レーズン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・グリーンペ ア・ズッキーナ・わか め・玉ねぎ・人参・白桃 缶・レーズン	ケチャップ・出し汁・醬 油・水・精製塩・ベー 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 フレッシュクッキー 牛乳 マカロニきなこ りんご	ご飯・砂糖・片栗粉・ 油・フレッシュクッキ ー・マカロニ	鮎・豚肉・味噌・牛乳・ きな粉	あさつき・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 オイル・ブルーベ リージャム・食パン	ちりめん干し・鶏肉・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 お宗タラのパン揚げ かぼちゃとさつま芋の みそ汁 ヨーグルト	牛乳 やさいスティック 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・グリーンペ ア・ズッキーナ・菜・粉 チーズ・人参・白桃 缶・黄桃缶	酒・出し汁・醤油・水・ 精製塩	乳・小麦						
8	金 みそ煮込みうどん お豆腐の中巻サラダ 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・玉 ねぎ・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・きのこ	酒・出し汁・醤油・水・ 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・ロ ーズ	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・醬 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	スクソウタラ・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・粉チーズ	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&おかつと 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 フレッシュクッキー 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・フレッシュ クッキー	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・ 出し汁・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 フレッシュフライ	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・油・出し汁・醬 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		エネルギーたんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	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						

日付	メニュー	3色食品群					アレルギー (アレルギー表示品)
		午後おやつ 熱や力になるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を 整えるもの	3色食品群以外の 使用食材	アレルギー (アレルギー表示品)	
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・焼豆・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・洋なし缶	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・ソース・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・白桃・コ ラ	みりん風調味料・酒・ 出し汁・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 豚肉のむやし炒め 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・ 油・お米のスターバ フ・小麦粉・バター	スクソウタラ・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・万能ねぎ・レーズ ン	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・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 りんご	ごま油・ご飯・砂糖・春 野菜・小麦粉・油・まん まぼんせん・焼豆・バ ター	豆腐・鶏肉・牛乳	キャベツ・きゅうり・フ ォン・しめじ・スパゲッ ティ・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 芽クッキー・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・ワカ メ・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 豚肉とごぼうの甘辛炒め 豆腐とチンゲン菜のツナ煮 みそ汁	牛乳 キャロットせんべい 牛乳 ドーナツ	ご飯・砂糖・油・キャ ロットせんべい・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・ 出し汁・醤油・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 フレッシュクッキー 牛乳 鮎フレックとわかめ おにぎり	ごま油・ご飯・砂糖・ 油・フレッシュク ッキー・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・ 出し汁・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 ミコナオタンスパゲッティ	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・スパゲッティ	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 ・人参・ピーマン	みりん風調味料・酒・ 出し汁・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 豚肉とごぼうの煮物 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・パ プリカ・人参・生薬・ 粉チーズ	みりん風調味料・酒・ 出し汁・醤油・ケチャ ップ・水・精製塩	乳・小麦
28	木 アイス おにぎり お星様せんべい 牛乳 しらす&おかつと ふりかけおにぎり	牛乳 やさいスティック 牛乳 ビスケット	ごま油・ご飯・さつま芋・ 砂糖・小麦粉・油・や さいスティック・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・白菜・粉 チーズ	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・黄桃 缶・バナナ缶	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です。
 ※都合により、献立を変更する場合がございます。

