



* 1月分献立表 (アレルギー対応) *



* 献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります
* このほかに0.1.2歳児は午前中に牛乳等のおやつがあります



日	曜	主食	副菜		おやつ	主な材料	
			おかず	汁物			
4	18	木	ご飯	◎鶏大根 ◎◎ひじきの煮物	◎せんべい汁	◎キャラメル ポップコーン ●牛乳	米/鶏もも肉・大根・干し椎茸・人参・水煮だけのこ・万能葱・◎サラダ油⇒紅花油・ごま油 ◎醤油⇒きび醤油・◎オイスターソース⇒きび醤油 乾燥ひじき・人参・◎油揚げ⇒鶏挽肉・◎醤油⇒きび醤油 南部せんべい・鶏もも肉・ごぼう・えのきたけ・キャベツ・長葱・◎醤油⇒きび醤油 ポップコーン(原料種)・◎サラダ油⇒紅花油/●牛乳⇒豆乳
5	19	金	◎カレーうどん	●◎◎揚げじゃが納豆和え ◎大根ときゅうりの梅肉サラダ		5日◎七草粥 19日◎中華粥 ●牛乳	乾麺・豚もも肉・玉葱・人参・長葱・カレーの王子さま・◎サラダ油⇒紅花油 じゃが芋・◎納豆⇒鶏挽肉・万能葱・●粉チーズ⇒除去・◎サラダ油⇒紅花油・◎醤油⇒きび醤油 大根・きゅうり・人参・かいわれ大根・わかめ・梅干し・◎醤油⇒きび醤油 5日米・せり・なすな・ごぼう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ・鶏挽肉・◎醤油⇒きび醤油 19日米・鶏挽肉・帆立貝柱水煮(缶)・かぶ菜・◎醤油⇒きび醤油/●牛乳⇒豆乳
6	20	土	◎さっぱりクッパ	◎春雨と豚肉の中華炒め たたききゅうりの梅酢和え		●蒸しパン ●牛乳	米・豚もも肉・玉葱・人参・緑豆もやし・わかめ・◎サラダ油⇒紅花油・ごま油 豚もも肉・春雨・干し椎茸・長葱・人参・チンゲン菜・◎サラダ油⇒紅花油・◎醤油⇒きび醤油 きゅうり・梅酢 薄力粉・●牛乳⇒豆乳・レーズン/●牛乳⇒豆乳
	22	月	●食パン	◇マタンブレ ◆りんごとさつま芋のサラダ	●◎オニオンスープ	梅しそ混ぜご飯 お茶	●食パン⇒アレルギー用食パン 牛もも肉・薄力粉・ドライパン粉・人参・さやいんげん・ピーマン・◇うずら卵⇒コーン りんご・さつま芋・人参・きゅうり・レタス・◆マヨネーズ⇒ノンエッグマヨネーズ 玉葱・人参・えのきたけ・●粉チーズ⇒除去・◎サラダ油⇒紅花油 米・梅干し・大葉/麦茶
9	23	火	●カニのトマトクリーム パスタ	●ブロッチーサラダ	ポトフ風野菜スープ	たらこおにぎり お茶	スパゲティ・人参・玉葱・マッシュルーム・しめじ・ほうれん草・ホールトマト(缶)・カニ(缶) ●牛乳⇒豆乳・●動物性クリーム⇒豆乳ホイップ キャベツ・ブロッコリー・人参・●チーズ⇒コーン・ミニトマト 鶏もも肉・人参・玉葱・じゃが芋・ベーコン 米・たらこ・かぶ菜/麦茶
10	26	水/金	ご飯	◎たらの和風あんかけ ◎口ほうれん草と人参のごま酢和え	○白菜と椎茸の みそ汁	◆◎りんごクッキー ●牛乳	米/鱈・玉葱・人参・ピーマン・しめじ・◎サラダ油⇒紅花油・◎醤油⇒きび醤油 ほうれん草・人参・エリンギ・口ごま⇒きな粉・◎醤油⇒きび醤油 白菜・生椎茸・さつま芋・◎油揚げ⇒麩・◎みそ⇒米みそ りんご・薄力粉・◆卵⇒除去+ホットケーキミックス・◎サラダ油⇒紅花油/●牛乳⇒豆乳
	24	水	ご飯	◎ぶり大根 れんこんの梅肉サラダ	○じゃが芋のみそ汁	◎ざらめせんべい フルーツラムネ ●牛乳	米/ぶり・大根・◎醤油⇒きび醤油 れんこん・かぶ・人参・水菜・梅干し・かつお節 じゃが芋・キャベツ・玉葱・◎油揚げ⇒麩・◎みそ⇒米みそ ◎ざらめせんべい⇒赤ちゃんせんべい・フルーツラムネ/●牛乳⇒豆乳
11	25	木	◎ひじきの梅醤油ご飯	◆◎◎おでん ◎きのこれんこんの炒めなます		11日汁粉 25日 ◆●◎柚子あんロール 緑茶	米・梅干し・鶏もも肉・ひじき・人参・糸みつ葉・◎醤油⇒きび醤油 ◆◎おでんだね(卵・大豆使用)⇒卵大豆不使用おでんだね・竹輪・大根・◆卵⇒じゃが芋・こんにゃく 昆布・◎醤油⇒きび醤油 干し椎茸・舞茸・れんこん・大根・絹さや・◎サラダ油⇒紅花油・◎醤油⇒きび醤油 11日もち・さらしあん 25日◆卵⇒除去+ホットケーキミックス・薄力粉・●牛乳⇒豆乳・さらしあん・柚子・◎サラダ油⇒紅花油 緑茶
12		金	◎◎三色もち		◎◎豚汁	◎ざらめせんべい フルーツラムネ ●牛乳	もち米・◎納豆⇒鶏挽肉・◎きな粉⇒ごま・焼き海苔・◎醤油⇒きび醤油 豚ばら肉・大根・人参・里芋・ごぼう・生椎茸・こんにゃく・小松菜・長葱・ごま油 ◎サラダ油⇒紅花油・◎みそ⇒米みそ ◎ざらめせんべい⇒赤ちゃんせんべい・フルーツラムネ/●牛乳⇒豆乳
13	27	土	◎きのこ野菜の豚丼	◎かぼちゃの甘煮	◎すいとん	●ホットビスケット ●牛乳	米・豚もも肉・ごぼう・人参・玉葱・こんにゃく・生椎茸・舞茸・万能葱・◎サラダ油⇒紅花油 ◎醤油⇒きび醤油 かぼちゃ・オクラ・◎醤油⇒きび醤油 強力粉・大根・人参・大根葉・長葱・◎醤油⇒きび醤油 全粒粉・薄力粉・●マーガリン⇒A1マーガリン・●牛乳⇒豆乳・ドライいちじく/●牛乳⇒豆乳
15	29	月	ご飯	◎酢豚 ◎◎口人参と豆もやしのナムル	中華スープ	◆●◎セサミッキー ●牛乳	米/豚もも肉・玉葱・生椎茸・水煮だけのこ・人参・ピーマン・パイン(缶)・◎醤油⇒きび醤油 ◎サラダ油⇒紅花油 ◎大豆もやし⇒緑豆もやし・人参・きゅうり・口ごま⇒除去・ごま油・◎醤油⇒きび醤油 ニラ・人参・生椎茸・青梗菜・ごま油 薄力粉・●マーガリン⇒A1マーガリン・◆卵⇒除去・口ごま⇒紅茶/●牛乳⇒豆乳
16	30	火	ご飯	◎柚子風味の鶏団子の煮物 ◎じゃが芋の梅サラダ	○大根おろしと油揚げ のみそ汁	◆●抹茶と小豆の 和風パウンド ●牛乳	米/鶏挽肉・れんこん・長葱・柚子・白菜・人参・ブロッコリー・◎醤油⇒きび醤油 じゃが芋・人参・さやえんどう・梅干し・紅花油・◎醤油⇒きび醤油 大根・◎油揚げ⇒麩・長葱・人参・なめこ・◎みそ⇒米みそ 薄力粉・●マーガリン⇒A1マーガリン・◆卵⇒除去+ホットケーキミックス・抹茶・小豆/●牛乳⇒豆乳
17	31	木	◆●バターロール	◆●ブロッコリーのフラン キャベツとりんごのサラダ	大根スープ	芋ようかん くだもの ●牛乳	◆●バターロール⇒アレルギー用バターロール ◆卵⇒鶏挽肉・●牛乳⇒豆乳・ブロッコリー・かぼちゃ・アスパラガス・ウインナー・トマト キャベツ・りんご・ミニトマト・レーズン・レモン 大根・人参・玉葱・鶏挽肉・大根葉 さつま芋・寒天/みかん/●牛乳⇒豆乳

代替え食(アレルギー等)
 ◆=卵または卵を使用している食品
 □=ごま
 ◇=うずら卵
 ■=アーモンド
 ●=牛乳・乳製品および乳を使用した加工品
 ▽=くるみ
 ○=大豆および醤油・大豆油以外の大豆製品
 ▼=バナナ
 ◎=○以外の大豆を含む食品