

3月分献立表(アレルギー対応用)



*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				
1	15	木	ご飯	◎◎麻婆豆腐 春雨サラダ	大根とごぼうの 中華スープ	◆●ビスケット ●牛乳	米/〇木綿豆腐⇒麩・豚挽肉・長葱・人参・水煮たけのこ・生椎茸・◎赤みそ⇒あわみそ ◎口甜麵醬⇒あわみそ 春雨・きゅうり・ハム・緑豆もやし・人参 大根・ごぼう・人参・長葱 薄力粉・強力粉・◆卵⇒除去+ホットケーキミックス・●マーガリン⇒A1マーガリン ●ヨーグルト⇒ライスドリンク・●牛乳⇒ライスドリンク・メープルシロップ/●牛乳⇒豆乳	
2		金	◆〇●手巻き寿司	春野菜の煮物	◆潮汁	○ひなあられ いちご ●抹茶ミルク	米・◆卵⇒コーン・きゅうり・まぐろ水煮(缶)・万能葱・◆マヨネーズ⇒ノンエッグマヨネーズ ●プロセスチーズ⇒かまぼこ・〇納豆⇒鶏挽肉・焼きのり 豚もも肉・じゃが芋・人参・かぶ・水煮たけのこ・玉葱・スナップえんどう はまぐり・◆はんぺん⇒かまぼこ・糸みつ葉・菜の花 ○ひなあられ⇒大豆不使用ひなあられ・いちご/抹茶・●牛乳⇒豆乳	
3	16	金	お楽しみ・お別れ遠足(お弁当のご用意をお願いします)			うずらのたまご のりせんべい ●牛乳	うずらのたまご のりせんべい ●牛乳⇒豆乳	
3	17	31	土	蕪油飯	大根と鶏肉の中華風煮物 りんご	白菜とピーマンの スープ	クッキー ●牛乳	米・ニラ・干し椎茸・豚挽肉 鶏もも肉・大根・干し椎茸・さやいんげん・人参 ピーマン・人参・白菜・玉葱・さくらえび/りんご 薄力粉・サラダ油/●牛乳⇒豆乳
5	19	月	◆親子丼	わかめとセロリの梅の香りサラダ	◎五目みそ汁	◆●パイナップル マフィン ●牛乳	米・鶏もも肉・◆卵⇒鶏肉多目あんかけ・玉葱・長葱・さやいんげん・人参 セロリ・きゅうり・キャベツ・わかめ・人参・梅干し・かつお節 豚もも肉・じゃが芋・大根・人参・長葱・こんにゃく◎みそ⇒あわみそ 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 ●ヨーグルト⇒ライスドリンク・パイン(缶)/●牛乳⇒豆乳	
6	20	火	◆●バターロール	●ワンタンラザニア 大根ときゅうりのマリネ	白菜のスープ	□大学芋 ●牛乳	◆●バターロール⇒アレルギー用バターロール ワンタンの皮・豚挽肉・玉葱・人参・マッシュルーム・茄子・ホールトマト(缶)・薄力粉 ●バター⇒A1マーガリン・●牛乳⇒豆乳・●粉チーズ⇒乾燥パン粉 大根・きゅうり・人参・りんご・レモン 白菜・玉葱・人参・干し椎茸・小松菜 さつま芋・□ごま⇒除去/●牛乳⇒豆乳	
7	29	水	ご飯	さわらの竜田揚げ梅おろし わかめの酢の物	◆含多湯	◆●甘食 お茶	米/鯖・大根・梅干し・大根葉 キャベツ・きゅうり・わかめ・みかん(缶) 上新粉・薄力粉・豚もも肉・焼き竹輪・するめいか・水煮たけのこ・生椎茸・こんにゃく・きくらげ ◆卵⇒クリームコーン 薄力粉・◆卵⇒除去+ホットケーキミックス・●バター⇒A1マーガリン ●加糖練乳⇒ライスドリンク/麦茶	
8	22	木	●カレー南蛮風パスタ	照り焼きチキンサラダ ●▼フルーツヨーグルト	/	そばろおにぎり お茶	スパゲティ・豚もも肉・玉葱・人参・●バター⇒A1マーガリン・カレーの王子さま・さやいんげん ●粉チーズ⇒除去 鶏胸肉・レタス・サラダほうれん草・トマト・きゅうり・レモン ●ヨーグルト⇒豆乳ヨーグルト・▼バナナ⇒除去・キウイフルーツ・パイン(缶)・りんご 米・鶏挽肉・かぶ葉/麦茶	
	23	金	●ハンバーガー	グリーンサラダ フライドポテト ピクルス キャラメルポップコーン	●コーンスープ	うずらのたまご のりせんべい お茶	パンズパン・豚挽肉・玉葱・乾燥パン粉・●プロセスチーズ⇒ハム・ウスターソース・●牛乳⇒豆乳 レタス・アスパラガス・ミニトマト・ホールコーン(缶) きゅうり/じゃが芋/ポップコーン 玉葱・人参・ベーコン・●バター⇒A1マーガリン・クリームコーン(缶)・●牛乳⇒豆乳 うずらのたまご・のりせんべい/麦茶	
9	30	金	ご飯	油淋鶏 〇〇大根と人参のナムル	◆わかめと えのきの卵スープ	スモア風ピザ お茶	米/鶏もも肉・薄力粉・長葱・サラダ菜 大根・人参・ほうれん草・〇大豆もやし⇒緑豆もやし・□ごま⇒除去・レモン わかめ・えのきたけ・人参・玉葱・◆卵⇒クリームコーン 強力粉・ドライイースト・マシュマロ・ココア/麦茶	
10	24	土	□ジャコ入り菜めし	清見オレンジ	◎豚汁	●スコーン ●牛乳	米・シラス干し・かぶ葉・ごま 豚もも肉・豚バラ肉・大根・人参・里芋・ごぼう・生椎茸・小松菜・長葱・・こんにゃく ◎みそ⇒あわみそ/清見オレンジ 薄力粉・●マーガリン⇒A1マーガリン・●牛乳⇒豆乳/●牛乳⇒豆乳	
12	26	月	ソース焼きそば	白菜のラーパーツアイ	きのこの中華スープ	菜めしおにぎり ●牛乳	蒸し中華麺・豚もも肉・人参・玉葱・キャベツ・緑豆もやし・ニラ・ウスターソース 白菜・人参/鶏もも肉・えのきたけ・生椎茸・きくらげ・人参 米・かぶ葉・シラス干し/●牛乳⇒豆乳	
13	27	火	◎◎中華風そばろ丼	□三色ナムル	キャベツたっぷり スープ	おこのみマカロニ ●牛乳	米・豚挽肉・ほうれん草・人参・わかめ・〇大豆もやし⇒緑豆もやし・◎口甜麵醬⇒あわみそ ひじき・人参・小松菜・長葱・□ごま⇒除去 豚ロース肉・人参・干し椎茸・キャベツ マカロニ・中濃ソース・青のり・かつお節/●牛乳⇒豆乳	
14	28	水	●食パン	●かぼちゃのグラタン ■白菜とりんごのサラダ	もちむぎスープ	◎□トッポギ お茶	●食パン⇒アレルギー用食パン かぼちゃ・茄子・ピーマン・ウインナー・玉葱・マカロニ・薄力粉・●バター⇒A1マーガリン ●牛乳⇒豆乳・●ピザ用チーズ⇒ノンエッグマヨネーズ 白菜・きゅうり・人参・りんご・□アーモンド⇒コーンフレーク 豚挽肉・玉葱・人参・万能葱・押し麦 上新粉・白玉粉・じゃが芋・◎口甜麵醬⇒あわみそ・水あめ/麦茶	

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