



\*7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		
2	30	月	◆親子丼	ひじきと糸寒天のマリネ	◎かぼちゃとしめじのみそ汁	◆●ヨーグルトポムポムお茶 米・鶏もも肉・◆卵⇒鶏肉多目のあんかけ・玉葱・長葱・人参・絹さや ひじき・糸寒天・人参・きゅうり・ミニトマト・梅干し かぼちゃ・しめじ・キャベツ・玉葱・◎みそ⇒米みそ りんご・レモン・◆卵⇒ホットケーキミックス・●ヨーグルト⇒豆乳ヨーグルト・薄力粉/麦茶
3	17	火	◆●バターロール	●かぼちゃのグラタン キャベツもりもりサラダ	鶏と野菜のスープ	焼きビーフン お茶 ◆●バターロール⇒アレルギー用バターロール かぼちゃ・茄子・ピーマン・ウインナー・玉葱・マカロニ・●バター⇒A1マーガリン・薄力粉 ●牛乳⇒豆乳・●ピザ用チーズ⇒乾燥パン粉 キャベツ・レタス・わかめ・まぐろ水煮(缶)・ホールコーン(缶) 鶏もも肉・玉葱・セロリ・人参・生椎茸・えのきたけ ビーフン・豚挽肉・生椎茸・ニラ・人参・玉葱/麦茶
4	18	水	とうもろこしご飯	豚しゃぶのわかめ和え もずく酢	◎豚汁	○ずんだ餅 ●牛乳 米・とうもろこし 豚ばら肉・わかめ・キャベツ・みょうが・梅干し もずく・きゅうり 豚もも肉・大根・人参・里芋・ごぼう・長葱・こんにゃく・◎みそ⇒米みそ ○枝豆⇒空豆・白玉粉/●牛乳⇒豆乳
5	19	木	ご飯	カレー風味肉じゃが わかめの和風サラダ	◎白菜となめこのみそ汁	◆●もものトライフル 紅茶 米/豚もも肉・じゃが芋・人参・玉葱・さやいんげん・カレー粉 わかめ・カニ(缶)・春雨・ミニトマト・きゅうり・水菜 なめこ・えのきたけ・白菜・玉葱・万能葱・◎みそ⇒米みそ ホットケーキミックス・◆卵⇒除去・●牛乳⇒ライズドリンク・●動物性クリーム⇒豆乳ホイップ 桃(缶)/ノンカフェイン紅茶
6		金	七夕そうめん	明日葉のかき揚げ 口ゆで豚サラダ ~ごまドレッシング~		●○ハロハロ ●牛乳 そうめん・鶏胸肉・干し椎茸・人参・オクラ・きゅうり・ホールコーン(缶) じゃが芋・ごぼう・するめいか・玉葱・人参・明日葉・薄力粉 豚ロース肉・キャベツ・きゅうり・緑豆もやし・ミニトマト・口練りごま⇒除去・口ごま⇒除去 寒天・○コーンフレーク⇒大豆不使用コーンフレーク・メロン・パイナップル・タピオカ・小豆 ●加糖練乳⇒はちみつ/●牛乳⇒豆乳
	20	金	○豆腐の冷しゃぶ サラダうどん	かぼちゃの天ぷら ○茄子と油揚げの田舎煮		ひつまぶし ●牛乳 乾麺・豚もも肉・○木綿豆腐⇒ごま豆腐・レタス・トマト・大葉・大根・かつお節・レモン かぼちゃ・薄力粉・サラダ菜 茄子・○油揚げ⇒麩・鶏もも肉 米・うなぎの蒲焼き・万能葱・焼きのり/●牛乳⇒豆乳
7	21	土	◎◎□ナムルとそばろ の混ぜご飯	凉拌三絲	五目野菜のスープ	クッキー ●牛乳 米・豚挽肉・◎口甜麵醬⇒米みそ・ほうれん草・人参・わかめ・○大豆もやし⇒緑豆もやし 春雨・きゅうり・人参・ハム 豚もも肉・玉葱・セロリ・人参・しめじ 薄力粉/●牛乳⇒豆乳
9	23	月	ご飯	油淋鶏 わかめの中華風サラダ	□トマトと大根の サンラータン	梅ジュースゼリー ●牛乳 米/鶏もも肉・長葱・サラダ菜・薄力粉 わかめ・人参・緑豆もやし・さやいんげん・シラス干し 大根・ミニトマト・玉葱・口ごま⇒除去 梅ジュース・寒天・みかん(缶)/●牛乳⇒豆乳
10	24	火	ミートソース スパゲティ	レタスとトマトのサラダ	かぶの野菜スープ	梅おにぎり ●牛乳 スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参・マッシュルーム・茄子・ホールトマト(缶)・ケチャップ レタス・わかめ・トマト・きゅうり・ホールコーン(缶) かぶ・人参・しめじ・長葱・かぶ葉・鶏挽肉 米・押し麦・人参・梅干し/●牛乳⇒豆乳
11	25	水	ご飯	○鰻の五色揚げ ピーマンともやしのサラダ	◎◎サラダ野菜の 赤だし	◆●黒糖レーズン 蒸しパン ●牛乳 米/鰻・人参・さつま芋・○枝豆⇒グリーンピース・○大豆⇒ひよこ豆・ケチャップ ピーマン・もやし・焼き竹輪 レタス・きゅうり・玉葱・みょうが・○油揚げ⇒麩・◎赤みそ⇒米みそ・◎みそ⇒米みそ 薄力粉・◆卵⇒ホットケーキミックス・黒砂糖・●牛乳⇒ライズドリンク・レーズン/●牛乳⇒豆乳
12	26	木	ご飯	◎□豚挽きと春雨の炒め物 揚げジャコサラダ	中華スープ	●ジャムサンド ●牛乳 米/春雨・豚挽肉・緑豆もやし・人参・ニラ・長葱・◎口甜麵醬⇒米みそ きゅうり・わかめ・レタス・シラス干し ニラ・人参・生椎茸・青梗菜 ●食パン⇒アレルギー用食パン・ブルーベリージャム/●牛乳⇒豆乳
13	27	金	夏野菜カレー	ひじきとキャベツのサラダ	オクラと野菜のスープ	うずらのたまご 小丸ちゃん ●牛乳 米・鶏もも肉・玉葱・かぼちゃ・ズッキーニ・ピーマン・茄子・人参・カレーの王子さま ひじき・キャベツ・きゅうり・ホールコーン(缶) 人参・しめじ・オクラ・かぶ・豚挽肉・玉葱 うずらのたまご・小丸ちゃん/●牛乳⇒豆乳
14	28	土	◎□鶏のゴマ味噌丼	じゃが芋の梅サラダ	◎◎貝だくさんみそ汁	●□ミルククッキー お茶 米・鶏もも肉・長葱・玉葱・人参・大葉・ホールコーン(缶)・焼きのり・◎口甜麵醬⇒米みそ 口ごま⇒除去 じゃが芋・人参・絹さや・梅干し ○大豆もやし⇒緑豆もやし・大根・人参・里芋・豚ばら肉・大根葉・◎みそ⇒米みそ ホットケーキミックス・●脱脂粉乳⇒除去・●ヨーグルト⇒豆乳ヨーグルト・口ごま⇒除去/麦茶
	31	火	青椒肉絲焼きそば	□キャベツとわかめのナムル	◆トマトと卵の 中華風スープ	◆●ぶどうのクッキー ●牛乳 蒸し中華麺・豚もも肉・ピーマン・赤ピーマン・水煮たけのこ・長葱・オイスターソース キャベツ・わかめ・人参・えのきたけ・口ごま⇒除去 生椎茸・トマト・キャベツ・玉葱・◆卵⇒クリームコーン 薄力粉・●マーガリン⇒A1マーガリン・◆卵⇒ホットケーキミックス・●牛乳⇒ライズドリンク・レーズン ●牛乳⇒豆乳

代替え食(アレルギー等)

献立名にしるしのあるものは下記の食品を使用する予定のものです。それらの献立は、代替えもしくは除去の対応を行います。

- ◆=卵または卵を使用している食品(マヨネーズを除く)
- =大豆およびみそ・醤油・大豆油以外大豆製品

- ◇=うずら卵
- ◎=みそ

- ▲=マヨネーズ
- =ごま

- =牛乳・乳製品および乳を使用した加工品
- =アーモンド
- ▽=くるみ

- ▼=バナナ