



\*11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	28	木 水	ご飯	◆▲チキン南蛮 □れんこんの中華風サラダ	◎みそワタンスープ	梨ゼリー ●牛乳	米 鶏胸肉・薄力粉・◆卵⇒除去・レモン・▲マヨネーズ⇒ノンエッグマヨネーズ・玉葱・きゅうり・人参 れんこん・人参・わかめ・焼き竹輪・□ごま⇒除去 ワタンの皮・豚もも肉・大根・人参・キャベツ・緑豆もやし・ホールコーン(缶)・◎みそ⇒米みそ 洋なし・みかん(缶)・ゼラチン/●牛乳⇒豆乳
2		金	ご飯	ぎょうざ たたききゅうり	春雨スープ	はっぱなせんべい レモンラムネ ●牛乳	米 中力粉・ラード・豚挽肉・白菜・ニラ・キャベツ・長葱 きゅうり 春雨・人参・玉葱・生椎茸・しめじ・ニラ・白菜 はっぱなせんべい・レモンラムネ/●牛乳⇒豆乳
5	19	月	●食パン	○チリコンカン ◆▲マセドアンサラダ	キャベツスープ	○抹茶わらび餅 ●牛乳	●食パン⇒アレルギー食パン ○大豆⇒ひよこ豆・ごぼう・豚挽肉・玉葱・ホールトマト(缶)・パセリ りんご・セロリ・きゅうり・じゃがいも・◆卵⇒コーン・ローズハム・▲マヨネーズ⇒ノンエッグマヨネーズ キャベツ・つまみ菜・えのきたけ・鶏挽肉 わらびもち粉・抹茶・○きな粉⇒ごま・黒砂糖・水あめ/●牛乳⇒豆乳
6	20	火	ご飯	◎□なすのトロっと炒め 白菜のラーパーツァイ	玉葱と生姜のスープ	●じゃがバター くだもの ●牛乳	米 豚もも肉・豚ばら肉・なす・人参・長葱・生椎茸・ブロッコリー・◎赤みそ⇒米みそ・◎□甜麵醬⇒米みそ 白菜・人参 玉葱・人参・えのきたけ・青梗菜・鶏挽肉 じゃがいも・●バター⇒A1マーガリン・りんご/●牛乳⇒豆乳
7	21	水	ご飯	◎さばのみそ煮 □ほくほくポテトきんぴら	○けんちん汁	●カルシウムクッキー お茶	米 鯖・こんにゃく・ごぼう・◎みそ⇒米みそ ごぼう・人参・じゃがいも・しらたき・□ごま⇒除去 ○油揚げ⇒麩・こんにゃく・ごぼう・人参・大根・里芋・万能葱 ●マーガリン⇒A1マーガリン・●牛乳⇒豆乳・薄力粉・煮干し粉/麦茶
8	22	木	マカロニと挽肉の カレー炒め	照り焼きチキンサラダ	□五穀米のスープ	□わかめおにぎり ●牛乳	米 マカロニ・豚挽肉・玉葱・人参・青ピーマン・カレー粉 鶏胸肉・レタス・サラダほうれん草・ミニトマト・きゅうり・レモン 米・赤米・黒米・押麦・□ごま⇒除去・ベーコン・大根・人参・玉葱・セロリ・パセリ 米・わかめ・□ごま⇒除去/●牛乳⇒豆乳
9		金	ご飯	○◇和風煮込み八宝菜 もやしとニラの和え物	◎さつま芋のみそ汁	お好み焼き ●牛乳	米 ○生揚げ⇒麩・豚もも肉・たけのこ・人参・青ピーマン・白菜・◇うずら卵⇒里芋 緑豆もやし・にら・人参・ローズハム さつま芋・キャベツ・玉葱・万能葱・◎みそ⇒米みそ キャベツ・人参・万能葱・薄力粉・かつお節/●牛乳⇒豆乳
10	24	土	チキンライス	サイコロサラダ	ジュリエンヌスープ	鬼まんじゅう ●牛乳	米・鶏もも肉・玉葱・ピーマン・人参 じゃが芋・人参・キャベツ・さやいんげん・ホールコーン(缶) 鶏挽肉・玉葱・人参・えのきたけ・パセリ さつま芋・薄力粉/●牛乳⇒豆乳
12	26	月	きのこご飯	豚肉と大根のべっこう煮 わかめの酢の物	◎白菜と桜えびの みそ汁	◆●抹茶マーブル クッキー ●牛乳	米・鶏もも肉・人参・しめじ・生椎茸・エリンギ 大根・人参・れんこん・豚もも肉・オイスターソース キャベツ・きゅうり・わかめ・みかん(缶) 白菜・玉葱・じゃが芋・桜えび・◎みそ⇒米みそ 薄力粉・◆卵⇒ホットケーキミックス+ライスドリンク・●マーガリン⇒A1マーガリン・抹茶/●牛乳⇒豆乳
13	27	火	塩焼きそば	▲●カレーディップの 温野菜サラダ	◆卵スープ	□大学芋 ●牛乳	蒸し中華麺・豚もも肉・人参・玉葱・キャベツ・緑豆もやし・ほうれん草 ブロッコリー・じゃが芋・人参・まぐろ水煮(缶)・▲マヨネーズ⇒ノンエッグマヨネーズ ●クリームチーズ⇒豆乳ヨーグルト・カレー粉 ◆卵⇒クリームコーン・長葱・えのきたけ・わかめ さつま芋・□ごま⇒除去/●牛乳⇒豆乳
14		水	□ジャコ入り菜めし	いも煮 みかん		マカロニソテー ●牛乳	米・シラス干し・かぶ葉・□ごま⇒除去 牛もも肉・里芋・長葱・エリンギ・生椎茸・しめじ・人参・こんにゃく みかん マカロニ・玉葱・人参・ピーマン・豚挽肉/●牛乳⇒豆乳
15	29	木	◆●バターロール	◆●豆とブロッコリーのオムレツ ひじきと野菜のサラダ	大根スープ	15日 ○いただき 29日 サモサ お茶	◆●バターロール⇒アレルギー用バターロール 金時豆・しめじ・キャベツ・人参・ブロッコリー・ウインナー・◆卵⇒鶏挽肉・●牛乳⇒ライスドリンク ひじき・人参・きゅうり・まぐろ水煮(缶) 大根・大根葉・人参・玉葱・鶏挽肉 15日米・生椎茸・人参・ごぼう・○油揚げ⇒豚肉/お茶 29日薄力粉・豚挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・カレー粉/お茶
16	30	金	ご飯	○豚肉のもち米蒸し ○切干大根と里芋の旨煮	◎◎根菜のみそ汁	とっとちゃんせんべい うずらのたまご ●牛乳	米 豚挽肉・○おから⇒鶏挽肉・玉葱・生椎茸・もち米 切干大根・里芋・人参・○油揚げ⇒鶏挽肉 こんにゃく・大根・人参・れんこん・○油揚げ⇒麩・万能葱・◎みそ⇒米みそ とっとちゃんせんべい・うずらのたまご・●牛乳⇒豆乳
17		土	ひじきたっぷり炒飯	じゃが芋のそぼろ煮	ひつつみ汁	キャラメルポップコーン ●牛乳	米・ひじき・さやいんげん・鶏挽肉・ホールコーン(缶) じゃが芋・豚挽肉・グリーンピース 薄力粉・鶏挽肉・大根・人参・ごぼう・干し椎茸 ポップコーン原料種/●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)    ◇=うずら卵    ▲=マヨネーズ    ●=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・大豆油以外大豆製品    ◎=みそ    □=ごま    ■=アーモンド    ▽=くるみ    ▼=バナナ