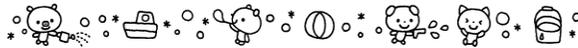


2018年7月



除去・代替食献立表



社会福祉法人 国立保育会  
富士本保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			午前おやつ	生牛乳	乳	卵(完全除去)	種実類	甲殻類	魚卵	魚	
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの									
2	月	梅ごはん なすと油揚げの味噌汁 鶏肉のごま照り焼き ズッキーニ炒め	牛乳 豆腐ドーナツ	米、ホットケーキ粉、油、三温糖、ごま	牛乳、鶏もも肉、豚ひき肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、かつお節、いわし(煮干し)	メロン、スズキキニ、もやし、なす、ねぎ、うめ干し、しょうが	牛乳	●牛乳→豆乳	●ホットケーキ粉→小麦粉						●ごま→除去
3	火	ごはん じゃが芋のスープ 豆腐のチャンプルー ひじきのサラダ	牛乳 和風マカロニ	米、じゃがいも、マカロニ、油、ごま油、片栗粉、オリーブ油	牛乳、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、卵、豚ひき肉	ずいか、たまねぎ、きゅうり、にんじん、チンゲンサイ、にら、ピーマン、ひじき	牛乳	●牛乳→豆乳		●卵→除去					
4	水	ミルクパン トマトとレタスのスープ あじフライ コールスローサラダ	牛乳 ピラフ	ミルクパン、米、油、小麦粉、パン粉、三温糖	牛乳、あじ、鶏もも肉、ハム	たまねぎ、キャベツ、オレンジ、レタス、きゅうり、トマト、コーン缶、にんじん	牛乳	●牛乳→豆乳	●ミルクパン→全粒粉パン						●あじ→鶏肉
5	木	☆☆☆七草チ☆ 七草そうめん キャベツと豚肉のみそ炒め 小松菜のなめ煮和え	牛乳 炊き込みおにぎり	そうめん、米、油、三温糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉、豚肉(肩ロース)、油揚げ、米みそ(赤色辛みそ)	キャベツ、バナナ、もやし、にんじん、こまつな、なめたけ、コーン缶、オクラ、しいたけ、赤ピーマン、ねぎ、にんにく、しょうが、ひじき	牛乳	●牛乳→豆乳							
20	金	そうめん キャベツと豚肉のみそ炒め 小松菜のなめ煮和え バナナ	牛乳 炊き込みおにぎり	そうめん、米、油、三温糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉、豚肉(肩ロース)、油揚げ、米みそ(赤色辛みそ)	キャベツ、バナナ、もやし、にんじん、こまつな、なめたけ、コーン缶、オクラ、しいたけ、赤ピーマン、ねぎ、にんにく、しょうが、ひじき	牛乳	●牛乳→豆乳							
6	金	ごはん チンゲン菜の中華スープ 麻婆茄子 もやしの中華サラダ	牛乳 いちごスコーン	米、ホットケーキ粉、はるさめ、油、ごま油、三温糖、片栗粉、ごま	牛乳、豚ひき肉、バター、米みそ(淡色辛みそ)	なす、にんじん、もやし、パイナップル、きゅうり、いちごジャム、チンゲンサイ、しいたけ、ねぎ、にんにく、しょうが	牛乳	●牛乳→豆乳	●ホットケーキ粉→小麦粉 ●バター→サラダ油 ●牛乳→豆乳						●ごま→除去
7	土	ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 鶏肉の甘酢炒め いんげんのごま和え	牛乳 カステラケーキ	米、片栗粉、油、三温糖、ごま、カステラケーキ	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、いわし節(だし)	グレープフルーツ、たまねぎ、いんげん、にんじん、たけのこ(炒め)、ピーマン、ねぎ、しょうが、カットわかめ、にんにく	牛乳	●牛乳→豆乳	●カステラケーキ→フランストーストのジャムサンド	●カステラケーキ→フランストーストのジャムサンド					●ごま→除去
9	月	カレーライス じゃこ大豆 ミニトマト メロン	牛乳 ピザトースト	米、食パン、じゃがいも、油、三温糖	牛乳、だいず水煮缶詰、豚肉(肩ロース)、ハム、チーズ、しらす干し	たまねぎ、メロン、ミニトマト、にんじん、コーン缶、ピーマン、こんぶ(煮物用)	牛乳	●牛乳→豆乳	●チーズ→除去						
10	火	ごはん 冬瓜の味噌汁 肉豆腐 おくらのお浸し	牛乳 マーマレードケーキ	米、小麦粉、しらたき、三温糖、油	牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、無塩バター、かつお節、いわし(煮干し)	グレープフルーツ、とうがんと、もやし、たまねぎ、オクラ、にんじん、マーマレード、しめじ	牛乳	●牛乳→豆乳	●牛乳→豆乳 ●無塩バター→サラダ油						
11	水	夏野菜スバゲティー キャベツのスープ ブロッコリーとしめじの和え物 オレンジ	牛乳 ジャムサンド	スバゲティー、食パン、油、小麦粉、三温糖、ごま	牛乳、豚ひき肉	たまねぎ、オレンジ、ブロッコリー、なす、にんじん、キャベツ、いちごジャム、しめじ、トマトピューレ、ピーマン、にんにく	牛乳	●牛乳→豆乳		●ごま→除去					
12	木	ごはん 大根となめこの味噌汁 かじきの変わり焼き 春雨炒め	ずいか ★★誕生会★★ 牛乳 レモンケーキ	米、小麦粉、三温糖、はるさめ、粉糖、ごま油、アーモンドパウダー、ごま	牛乳、かじき、豚肉(ロース)、卵、米みそ、生クリーム、無塩バター、かつお節、いわし(煮干し)	ずいか、だいこん、たまねぎ、にんじん、なめこ、ねぎ、ピーマン、レモン果汁、にんにく、しょうが、カットわかめ	牛乳	●牛乳→豆乳	●生クリーム→豆乳 ●無塩バター→サラダ油	●卵→除去					●ごま→除去 ●アーモンドパウダー→除去
26	木	ごはん 大根となめこの味噌汁 かじきの変わり焼き 春雨炒め	ずいか 麦茶 焼きとうもろこし おせんべい	米、はるさめ、ごま油、三温糖、ごま	牛乳、かじき、豚肉(ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、いわし(煮干し)	とうもろこし、ずいか、だいこん、たまねぎ、にんじん、なめこ、ねぎ、ピーマン、にんにく、しょうが、カットわかめ	牛乳	●牛乳→豆乳							●ごま→除去
13	金	食パン わかめと卵のスープ ポークビーンズ スティックきゅうり	バナナ チヂミ	食パン、上新粉、油、三温糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、だいず(ゆで)、卵、豚ひき肉、しらす干し	たまねぎ、バナナ、きゅうり、ホールトマト缶詰、にんじん、にら、コーン缶、パセリ、カットわかめ	牛乳	●牛乳→豆乳		●卵→除去					
14	土	ごはん かぼちゃの味噌汁 鶏肉と大根の煮物 トマトとツナの中皿サラダ	牛乳 カップケーキ	米、三温糖、ごま油、カップケーキ	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、いわし(煮干し)	グレープフルーツ、かぼちゃ、トマト、きゅうり、だいこん、たまねぎ、にんじん、さやえんどう、カットわかめ	牛乳	●牛乳→豆乳	●カップケーキ→フランストーストのメープルサンド	●カップケーキ→フランストーストのメープルサンド					
19	木	☆☆夏祭り☆☆ ソース焼きそば ほうれん草と玉子のスープ フランクフルト	とうもろこし ブロッコリー ミニトマト フランクフルト ずいか	麦茶 アイスクリーム (0・1歳クラスはゼリー)	焼きそばめん、玉ふ、油、(0・1歳クラスはゼリー)	牛乳、アイスクリーム、フランクフルト、豚肉(もも)	ずいか、とうもろこし、ブロッコリー、キャベツ、ミニトマト、ほうれん草、もやし、にんじん	牛乳	●牛乳→豆乳						
31	火	ごはん 玉ねぎのスープ ささみのパン粉焼き ほうれん草のごま和え	牛乳 焼きそば	米、焼きそばめん、パン粉、ごま、オリーブ油、油、三温糖	牛乳、鶏ささ身、豚肉(肩)	オレンジ、ほうれん草、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、セロリ、ピーマン、にんにく、パセリ	牛乳	●牛乳→豆乳		●ごま→除去					

☆マヨネーズはアレルギー成分を含まないマヨドレを使用します。  
 ☆食パンは、卵成分と乳成分を含まないもの、ミルクパンは卵成分を含まないものを使用します。  
 ☆加工品は、その都度原材料の成分を確認して提供いたします。それにより、内容の一部が変更になる場合もあります。