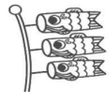

2024 年　５月の献立（彩ほっとランチ）

〈　ごあいさつ　〉
新年度から一か月が経ちました。新しい生活にも少しずつ慣れてきた頃でしょうか。
食事と睡眠をしっかりとり、元気に体を動かして心と体の調子を整えましょう！
今月もよろしくお願いいたします。

日　付		主　食	お　か　ず	ｴﾈﾙｷﾞｰ ﾀﾝﾊﾟｸ質	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
1 （水）		クリームクロワッサン バニラむしパン	とりにくのてりやき、　だしまきたまご、　こいのぼりかまぼこ あおのりポテト、　フルーツゼリー、　はなやさいのソテー、　ミネストローネ	479kcal 13.4g	卵、脱脂粉乳、鶏肉、かつお節、たら、豚肉	小麦粉、砂糖、マーガリン、澱粉、油 はちみつ、じゃがいも、マカロニ	りんご、あおさ、パイン缶、みかん缶、カリフラワー、ブロッコリー 玉ねぎ、人参、トマト、キャベツ
2 （木）		ポークカレーライス	レバーフライ、　プレーンオムレツ、　ハムソテー コールスローサラダ、　プルーン、　パイン	510 13	豚肉、脱脂粉乳、チーズ、鶏レバー、卵、鶏肉	米、じゃがいも、小麦粉、澱粉、砂糖 はちみつ、油、バター、パン粉、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、トマト、バナナ、りんご、にんにく キャベツ、コーン、ブロッコリー、プルーン、パイン缶
3 （金）		〈けんぽうきねんび〉					
6 （月）		〈ふりがえきゅうじつ〉					
7 （火）		ごはん	ぶたにくのスタミナやき、　えだまめコロッケ、　キャベツ チーズかまぼこ、　ひじきのにもの、　あんず、　ようなし、　とうふとねぎのみそしる	452 14.3	豚肉、えそ、たら、卵、チーズ、油揚げ 大豆、豆腐、みそ	米、砂糖、ごま、ごま油、油 小麦粉、パン粉、じゃがいも、澱粉、マーガリン	レモン果汁、にんにく、玉ねぎ、人参、枝豆、キャベツ ひじき、あんず缶、洋梨缶、ねぎ
8 （水）		ごはん	みそつくね、　だしまきたまご、　マカロニいため にんじんかまぼこ、　たこやき、　だいこんのにもの、　りんご、　おうとう、　はくさいのスープ	411 11.9	鶏肉、ゼラチン、むぎみそ、みそ、かつお節、卵 豚肉、たら、たこ	米、パン粉、砂糖、澱粉、油 マカロニ、小麦粉	ごぼう、筍、ねぎ、人参、玉ねぎ、枝豆 ほうれん草、キャベツ、生姜、いんげん、大根、りんご缶、黄桃缶、白菜、コーン
9 （木）		うどん	とりてん、　さつまいものてんぷら、　ももいろさつまあげ わかめのあえもの、　フルーツヨーグルト	405 15.8	油揚げ、豚肉、鶏肉、卵、えそ、たら ヨーグルト	砂糖、小麦粉、澱粉、油、さつまいも ごま	ねぎ、人参、にんにく、生姜、玉ねぎ、わかめ 黄桃缶、バナナ、レモン果汁
10 （金）		あおなおにぎり ロールパン	キャベツメンチカツ、　ボロニアソーセージ、　ブロッコリーのスープに ちゅうかきりぼしだいこんサラダ、　オレンジ、　クリームシチュー	441 13.1	卵、脱脂粉乳、鶏肉、豚肉、牛乳、チーズ	米、小麦粉、砂糖、油、マーガリン パン粉、澱粉、ごま油、ごま、じゃがいも	しそ、大根葉、キャベツ、玉ねぎ、トマト、プルーン ブロッコリー、切干大根、人参、きゅうり、オレンジ、コーン
13 （月）		ごはん	とりたつたのくろずあん　、　やさいとわかめのとうにゅうよせ、　かいせんぎょうざ しらすとこまつなのあえもの、　りんご、　おうとう、　キャベツのスープ	433 11.7	鶏肉、卵、豆乳、たら、ほっけ、えび しらす干し、油揚げ、豚肉	米、小麦粉、澱粉、砂糖、油 米粉、ごま油	にんにく、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、わかめ、さやえんどう キャベツ、筍、小松菜、りんご缶、黄桃缶
14 （火）		ごはん	メバルのしろしょうゆやき、　あつやきたまご、　こんにゃくといんげんのいためもの とりのからあげ、　ひじきのナムル、　あんず、　パイン、　あぶらあげとねぎのみそしる	422 16.6	メバル、かつお節、卵、鶏肉、脱脂粉乳、豚肉 油揚げ、みそ	米、砂糖、こんにゃく、小麦粉、油 ごま、ごま油	いんげん、にんにく、生姜、ひじき、枝豆、コーン あんず缶、パイン缶、ねぎ
15 （水）		ホットドック クリームクロワッサン	ローストチキン、　ツナときのこのわふうパスタ、　ハートかまぼこ ブロッコリー、　あおりんごゼリー、　コーンベーコンソテー、　コンソメスープ	431 13.8	卵、脱脂粉乳、豚肉、鶏肉、ツナ、ぐち たら、ふえだい	小麦粉、砂糖、マーガリン、油、澱粉	玉ねぎ、しめじ、ブロッコリー、りんご缶、コーン、いんげん 人参
16 （木）		ちゅうかあんかけラーメン	にくだんごのチリソース、　いかやさいよせやき、　むきえだまめ あげぎょうざ、　あんにんどうふ	443 13.9	豚肉、ゼラチン、鶏肉、牛肉、たら、いか ふんにゅう	中華麺、ごま油、砂糖、澱粉、油 パン粉、小麦粉、アーモンド	筍、人参、白菜、椎茸、玉ねぎ、ねぎ 生姜、にんにく、あおさ、コーン、キャベツ、枝豆
17 （金）		ごはん	ぶたにくのさいきょうやき、　だしまきたまご、　キャベツ えびフライ、　ほうれんそうのなめたけあえ、　グレープフルーツ、　わかめスープ	454 14.7	豚肉、ゼラチン、みそ、かつお節、卵、えび	米、砂糖、油、小麦粉、パン粉 ごま、ごま油	玉ねぎ、人参、キャベツ、ほうれん草、えのき、グレープフルーツ わかめ、ねぎ
20 （月）		おさかなカレーライス	ささみフライ、　はなやさいのソテー、　ハムソテー シルバーサラダ、　ようなし、　みかん	544 15.2	さば、ツナ、脱脂粉乳、チーズ、鶏肉、豚肉	米、じゃがいも、油、バター、小麦粉 澱粉、砂糖、はちみつ、パン粉、春雨、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、にんにく、生姜、トマト、バナナ りんご、カリフラワー、ブロッコリー、コーン、いんげん、洋梨缶、みかん缶
21 （火）		まーぼーどうふどん	はるまき、　にんじんあまに、　コーンしゅうまい むきえだまめ、　ちくわとピーマンのいためもの、　だいがくいも	506 13.9	豆腐、豚肉、みそ、鶏肉、大豆、いとより えそ、たちうお	米、砂糖、ごま、ごま油、澱粉 小麦粉、春雨、油、さつまいも、黒糖	ねぎ、にんにく、生姜、キャベツ、筍、玉ねぎ 椎茸、人参、コーン、枝豆、ピーマン、レモン果汁
22 （水）		おにぎり(うめ) ハムチーズパン	とりにくのスタミナやき、　だいこんのきんぴら、　クリーミーコロッケ ブロッコリーのおかかあえ、　ツナとえだまめのサラダ、　フルーツヨーグルト、　たまねぎとあぶらあげのみそしる	485 14.4	豚肉、卵、脱脂粉乳、クリームチーズ、鶏肉、カニかま ゼラチン、えび、かに、おから、かつお節、さば節、まぐろ節、ツナ、ヨーグルト、油揚げ、みそ	米、はちみつ、小麦粉、砂糖、マーガリン 油、ごま油、ごま、パン粉、バター	梅、のり、りんご、にんにく、生姜、大根 人参、ブロッコリー、枝豆、キャベツ、黄桃缶、バナナ、レモン果汁、玉ねぎ
23 （木）		ごはん	さばのスパイスやき、　キャベツ、　チキンナゲット あまずあんミートボール、　いりどうふ、　あんず、　りんご、　じゃがいもとわかめのみそしる	449 15.2	さば、鶏肉、脱脂粉乳、かつお節、卵、豆腐 みそ	米、油、小麦粉、澱粉、パン粉 砂糖、ごま、じゃがいも	キャベツ、玉ねぎ、椎茸、人参、あんず缶、りんご缶 わかめ
24 （金）		ごはん	ハンバーグバーベキューソース、　ほたてふうみフライ、　スパゲティ にんじんグラッセ、　ほうれんそうのごまあえ、　おうとう、　ようなし、　ジュリアンヌスープ	445 11.5	鶏肉、豚肉、いとより、卵、かに	米、油、砂糖、澱粉、小麦粉 パン粉、バター、ごま、マーガリン	玉ねぎ、にんにく、人参、ほうれん草、黄桃缶、洋梨缶 キャベツ、椎茸
27 （月）		いなりずし チーズロール	ぶたにくのしぐれに、　あつやきたまご、　チーズちくわ ブロッコリー、　にんじんごまきんぴら、　マンゴー、　パイン、　はくさいとえのきのみそしる	422 15.1	油揚げ、卵、チーズ、豚肉、かつお節、いとより みそ	米、砂糖、小麦粉、マーガリン、油 ごま、ごま油	玉ねぎ、ごぼう、生姜、ブロッコリー、人参、マンゴー缶 パイン缶、白菜、えのき
28 （火）		ごはん	ビビンバひきにく、　チヂミ、　きんしたまご さんしょくナムル、　オレンジ、　はるさめスープ	428 14.3	豚肉、卵、ゼラチン	米、砂糖、小麦粉、米粉、澱粉 油、はちみつ、ごま油、ごま、春雨	にんにく、生姜、玉ねぎ、にら、ほうれん草、キャベツ 人参、オレンジ、ねぎ、椎茸、わかめ
29 （水）		ごはん	だんしゃくコロッケ、　やさいいため、　ジャンボシュウマイ かにかまぼこ、　マカロニサラダ、　りんご、　おうとう、　とんじる	511 14.4	豚肉、たちうお、ゼラチン、卵、鶏肉、えび かに、いとより、えそ、たら、豆腐、みそ	米、パン粉、じゃがいも、砂糖、澱粉 油、小麦粉、マカロニ、マヨネーズ、こんにゃく	玉ねぎ、キャベツ、人参、コーン、グリーンピース、りんご缶 黄桃缶、大根、ねぎ
30 （木）		トマトカレーライス	しろみざかなフライ、　ほうれんそうオムレツ、　ウインナー やさいとひじきのあえもの、　あんず、　パイン	447 13	鶏肉、脱脂粉乳、チーズ、たら、卵、豚肉	米、油、じゃがいも、砂糖、バター 小麦粉、澱粉、はちみつ、パン粉、ごま	にんにく、玉ねぎ、人参、なす、パプリカ、ズッキーニ トマト、バナナ、りんご、ほうれん草、ひじき、えのき、キャベツ、あんず缶、パイン缶
31 （金）		ハンバーガー クリームクロワッサン	とりのからあげ、　ナポリタン、　ハートかまぼこ バターブロッコリー、　ももゼリー、　キャベツのしらすあえ、　ミルクスープ	483 15.2	卵、鶏肉、脱脂粉乳、豚肉、ぐち、たら ふえだい、しらす干し、牛乳	小麦粉、砂糖、パン粉、油、マヨネーズ マーガリン、澱粉、バター、ごま	玉ねぎ、にんにく、生姜、トマト、ピーマン、マッシュルーム ブロッコリー、黄桃缶、キャベツ、きゅうり、人参

月平均　：　脂質15.6g　　食塩相当量1.8g

〈　一口メモ　〉

☆朝ごはんを食べよう！

朝ごはんには、空腹を満たすだけでなく、脳の働きを活発にするという役目があります。ごはんやパンなどの炭水化物は、脳のエネルギー源になり、集中力を高める効果があります。

～朝ごはんを食べるメリット～

①正しい生活のリズムを作る
朝ごはんをしっかり食べると生活のリズムが整います。

②体温を上げる
朝ごはんを食べると体温が上がり、すっきりと目が覚めて一日頑張れます。

③体や脳へエネルギーを送る
しっかり朝ごはんを食べると、体や脳にエネルギーが送られて元気が出ます。

④朝のトイレでお腹すっきり
朝ごはんを食べると、お腹の中が動き始め、便秘も改善してすっきりします。

＊食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。
＊スプーン・フォークがあると食べやすい日には、マークがつけてあります。
＊魚の骨は出来るだけ除いておりますが、まれに骨が残っていることがありますのでご注意ください。
＊アレルゲンの詳細につきましては、ホームページ上のアレルゲン一覧表にてご確認ください。

株式会社　幼稚園給食　　https://www.y-kyushoku.co.jp/

船橋工場　船橋市三咲５－３２－２１　TEL　０４７－４４８－１３８８（代）
龍ケ崎工場　龍ケ崎市川原代町３９９７－１　TEL　０２９７－６３－０１２２（代）
佐倉工場　佐倉市神門４３９　TEL　０４３－４９８－８５００（代）

作成日：2024.3.11

2024年 5月の除去食献立アレルゲン一覧表（彩ほっとランチ）　　株式会社　幼稚園給食

	通常食献立	代替献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
1（水）	クリームクロワッサン	ブルーベリージャムパン						大豆・小麦	
	バニラむしパン	いちごクリームサンド						大豆・小麦	
	とりにくのてりやき				鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	だしまきたまご	あまずあんミートボール			鶏肉			大豆・小麦	ごま
	あおのりポテト								
	こいのぼりかまぼこ							大豆・小麦	
	フルーツゼリー								
	はなやさいのソテー				鶏肉			大豆・小麦	
	ミネストローネ				豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
2（木）	ポークカレーライス	ポークカレーライス			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	レバーフライ				豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	プレーンオムレツ	さつまいものあまに						大豆・小麦	
	ハムソテー				豚肉・鶏肉			大豆	
	コールスローサラダ	コールスローサラダ						大豆	
	プルーン								
	パイン								
7（火）	ごはん								
	ぶたにくのスタミナやき				豚肉		りんご	大豆・小麦	ごま油・ごま
	えだまめコロッケ							大豆・小麦	
	キャベツ								
	チーズかまぼこ	いかやさいよせやき				いか			
	ひじきのにもの							大豆・小麦	
	あんず								
	ようなし								
	とうふとねぎのみそしる							大豆	
8（水）	ごはん								
	みそつくね				ゼラチン・鶏肉			大豆・小麦	
	だしまきたまご	このはがたとうふよせ				さば		大豆	
	マカロニいため				豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	にんじんかまぼこ							大豆	
	たこやき	たこやき						大豆・小麦	
	だいこんのにもの							大豆・小麦	
	りんご、 おうとう						りんご・もも		
	はくさいのスープ				鶏肉			大豆・小麦	
9（木）	うどん				豚肉			大豆・小麦	
	とりてん	やさいかきあげ						大豆・小麦	
	さつまいものてんぷら							大豆・小麦	
	ももいろさつまあげ	ちくわのふくめに						大豆・小麦	
	わかめのあえもの							大豆・小麦	ごま
	フルーツヨーグルト	クラッシュゼリー							
10（金）	あおなおにぎり								
	ロールパン	ロールパン						大豆・小麦	
	キャベツメンチカツ	レバーフライ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	ボロニアソーセージ				豚肉			大豆	
	ブロッコリーのスープに				鶏肉				
	ちゅうかきりぼしだいこんサラダ							大豆・小麦	ごま油・ごま
	オレンジ						オレンジ		
	クリームシチュー	クリームシチュー			鶏肉			大豆	
13（月）	ごはん								
	とりたつたのくろずあん	とりたつたのくろずあん			豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	ごま
	やさいとわかめのとうにゅうよせ	はながんものふくめに				さば		大豆・小麦	
	かいせんぎょうざ	ぎょうざ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	しらすとこまつなのあえもの							大豆・小麦	
	りんご						りんご		
	おうとう						もも		
	キャベツのスープ				豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
14（火）	ごはん								
	メバルのしろしょうゆやき							大豆・小麦	
	あつやきたまご	さつまいものレモンに						大豆・小麦	ごま油
	こんにゃくといんげんのいためもの							大豆・小麦	
	とりのからあげ	とりのからあげ			鶏肉			大豆・小麦	
	ひじきのナムル				豚肉			大豆・小麦	ごま油・ごま
	あんず								
	パイン								
	あぶらあげとねぎのみそしる							大豆	
15（水）	ホットドック	ホットドック			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	クリームクロワッサン	マーマレードサンド					オレンジ	大豆・小麦	
	ローストチキン				鶏肉			大豆・小麦	
	ツナときのこのわふうパスタ							大豆・小麦	
	ハートかまぼこ								
	ブロッコリー								
	あおりんごゼリー						りんご		
	コーンベーコンソテー				豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	コンソメスープ				豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
16（木）	ちゅうかあんかけラーメン				ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	にくだんごのチリソース	にくだんごのチリソース			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	いかやさいよせやき					いか			
	むきえだまめ							大豆	
	あげぎょうざ				豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	あんにんどうふ	アロエ、 マンゴー							
17（金）	ごはん								
	ぶたにくのさいきょうやき				ゼラチン・豚肉			大豆	
	だしまきたまご	ウインナー			豚肉・鶏肉				
	キャベツ								
	えびフライ	ほたてふうみフライ						大豆・小麦	
	ほうれんそうのなめたけあえ							大豆・小麦	
	グレープフルーツ								
	わかめスープ				ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油・ごま
20（月）	おさかなカレーライス	おさかなカレーライス				さば		大豆・小麦	
	ささみフライ				豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	はなやさいのソテー				鶏肉			大豆・小麦	
	ハムソテー				豚肉・鶏肉			大豆	
	シルバーサラダ	シルバーサラダ			豚肉			大豆	
	ようなし								
	みかん								

	通常食献立	代替献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
21（火）	まーぼーどうふどん				豚肉			大豆・小麦	ごま油・ごま
	はるまき				鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	にんじんあまに								
	コーンしゅうまい				豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	むきえだまめ							大豆	
	ちくわとピーマンのいためもの							大豆・小麦	ごま油
	だいがくいも							大豆・小麦	ごま油・ごま
22（水）	おにぎり(うめ)								
	ハムチーズパン	ハムサンド			豚肉			大豆・小麦	
	とりにくのスタミナやき				鶏肉		りんご	大豆・小麦	ごま油・ごま
	だいこんのきんぴら							大豆・小麦	ごま油
	クリーミーコロッケ	とうにゅうコロッケ			ゼラチン			大豆・小麦	
	ブロッコリーのおかかあえ					さば		大豆・小麦	
	ツナとえだまめのサラダ							大豆・小麦	
	フルーツヨーグルト	クラッシュゼリー					もも		
	たまねぎとあぶらあげのみそしる							大豆	
23（木）	ごはん								
	さばのスパイスやき					さば		大豆	
	キャベツ								
	チキンナゲット	チキンナゲット			鶏肉			大豆・小麦	
	あまずあんミートボール				鶏肉			大豆・小麦	ごま
	いりどうふ	いりどうふ						大豆・小麦	
	あんず								
	りんご						りんご		
	じゃがいもとわかめのみそしる							大豆	
24（金）	ごはん								
	ハンバーグ バーベキューソース				豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	ほたてふうみフライ	ほたてふうみフライ						大豆・小麦	
	スパゲティ				鶏肉			大豆・小麦	
	にんじんグラッセ	にんじんあまに							
	ほうれんそうのごまあえ							大豆・小麦	ごま
	おうとう						もも		
	ようなし								
	ジュリアンヌスープ	ジュリアンヌスープ			鶏肉			大豆・小麦	
27（月）	いなりずし							大豆・小麦	
	チーズロール	コーンパン						大豆・小麦	
	ぶたにくのしぐれに				豚肉			大豆・小麦	
	あつやきたまご	たこやき						大豆・小麦	
	チーズちくわ	トマトかまぼこ							
	ブロッコリー								
	にんじんごまきんぴら							大豆・小麦	ごま油・ごま
	マンゴー								
	パイン								
	はくさいとえのきのみそしる							大豆	
28（火）	ごはん								
	ビビンバひきにく				豚肉			大豆・小麦	
	チヂミ	はるまき			鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	きんしたまご	ほそぎりかまぼこ						大豆・小麦	
	さんしょくナムル				鶏肉			大豆・小麦	ごま油・ごま
	オレンジ						オレンジ		
	はるさめスープ				ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油
29（水）	ごはん								
	だんしゃくコロッケ				豚肉			大豆・小麦	
	やさいいため				豚肉・鶏肉			大豆	
	ジャンボシュウマイ	ジャンボシュウマイ			豚肉			小麦	
	かにかまぼこ	このはがたとうふよせ				さば		大豆	
	マカロニサラダ	マカロニサラダ			豚肉			大豆・小麦	
	りんご						りんご		
	おうとう						もも		
	とんじる				豚肉			大豆	
30（木）	トマトカレーライス	トマトカレーライス			鶏肉			大豆・小麦	
	しろみざかなフライ						りんご	大豆・小麦	
	ほうれんそうオムレツ	ハーフコーンのあまに							
	ウインナー				豚肉・鶏肉				
	やさいとひじきのあえもの							大豆・小麦	ごま
	あんず								
	パイン								
31（金）	ハンバーガー	ハンバーガー			豚肉・鶏肉		りんご・オレンジ	大豆・小麦	ごま
	クリームクロワッサン	りんごジャムサンド					りんご	大豆・小麦	
	とりのからあげ	とりのからあげ			鶏肉			大豆・小麦	
	ナポリタン				豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	ハートかまぼこ								
	バターブロッコリー	ブロッコリーのコンソメに			鶏肉			大豆・小麦	
	ももゼリー						もも		
	キャベツのしらすあえ							大豆・小麦	ごま
	ミルクスープ	とうにゅうスープ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	

※アレルゲン項目	卵・乳	甲殻類	肉類・ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
該当28品目名	卵 乳	えび かに	鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン	さけ さば いか あわび いくら	やまいも まつたけ オレンジ キウイフルーツ もも りんご バナナ	小麦 大豆 そば(不使用)	ごま ごま油 カシューナッツ アーモンド くるみ 落花生(不使用)

※上記のアレルゲン品目名のごま・ごま油は同一品目として28品目としております。
※揚げ油は、ろ過して使用している為、アレルゲン一覧に記載されていないアレルゲンも含まれている可能性もあります
※特定・推奨アレルゲン項目28品目以外の表示義務のない食材に関しては詳細な原材料の特定ができない為、安全性を考慮しお応えすることができません。ご了承ください。

2024年 5月の通常食献立アレルゲン一覧表（彩ほっとランチ）　　株式会社　幼稚園給食

	通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
1（水）	クリームクロワッサン	乳・卵					大豆・小麦	
	バニラむしパン	乳・卵					大豆・小麦	
	とりにくのてりやき			鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	だしまきたまご	卵					大豆・小麦	
	あおのりポテト							
	こいのぼりかまぼこ						大豆・小麦	
	フルーツゼリー							
	はなやさいのソテー			鶏肉			大豆・小麦	
	ミネストローネ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
2（木）	ポークカレーライス	乳		豚肉・鶏肉		りんご・バナナ	大豆・小麦	
	レバーフライ			豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	プレーンオムレツ	卵					大豆	
	ハムソテー			豚肉・鶏肉			大豆	
	コールスローサラダ	乳・卵					大豆	
	プルーン							
	パイン							
7（火）	ごはん							
	ぶたにくのスタミナやき			豚肉		りんご	大豆・小麦	ごま油・ごま
	えだまめコロッケ						大豆・小麦	
	キャベツ							
	チーズかまぼこ	乳・卵					小麦	
	ひじきのにもの						大豆・小麦	
	あんず							
	ようなし							
	とうふとねぎのみそしる						大豆	
8（水）	ごはん							
	みそつくね			ゼラチン・鶏肉			大豆・小麦	
	だしまきたまご	卵					大豆・小麦	
	マカロニいため			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	にんじんかまぼこ						大豆	
	たこやき	乳・卵					大豆・小麦	
	だいこんのにもの						大豆・小麦	
	りんご、 おうとう					りんご・もも		
	はくさいのスープ			鶏肉			大豆・小麦	
9（木）	うどん			豚肉			大豆・小麦	
	とりてん	卵		鶏肉			大豆・小麦	
	さつまいものてんぷら						大豆・小麦	
	ももいろさつまあげ	卵		豚肉			大豆	
	わかめのあえもの						大豆・小麦	ごま
	フルーツヨーグルト	乳・卵				もも・バナナ	大豆・小麦	
10（金）	あおなおにぎり							
	ロールパン	乳・卵					大豆・小麦	
	キャベツメンチカツ	乳・卵		豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	ボロニアソーセージ			豚肉			大豆	
	ブロッコリーのスープに			鶏肉				
	ちゅうかきりぼしだいこんサラダ						大豆・小麦	ごま油・ごま
	オレンジ					オレンジ		
	クリームシチュー	乳		豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
13（月）	ごはん							
	とりたつたのくろずあん	卵		豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	ごま
	やさいとわかめのとうにゅうよせ						大豆	
	かいせんぎょうざ	乳・卵	えび	豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	しらすとこまつなのあえもの						大豆・小麦	
	りんご					りんご		
	おうとう					もも		
	キャベツのスープ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
14（火）	ごはん							
	メバルのしろしょうゆやき						大豆・小麦	
	あつやきたまご	卵					大豆・小麦	
	こんにゃくといんげんのいためもの						大豆・小麦	
	とりのからあげ	乳・卵		鶏肉			大豆・小麦	
	ひじきのナムル			豚肉			大豆・小麦	ごま油・ごま
	あんず							
	パイン							
	あぶらあげとねぎのみそしる						大豆	
15（水）	ホットドック	乳・卵		豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	クリームクロワッサン	乳・卵					大豆・小麦	
	ローストチキン			鶏肉			大豆・小麦	
	ツナときのこのわふうパスタ						大豆・小麦	
	ハートかまぼこ							
	ブロッコリー							
	あおりんごゼリー					りんご		
	コーンベーコンソテー			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	コンソメスープ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
16（木）	ちゅうかあんかけラーメン			ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	にくだんごのチリソース	乳		豚肉・鶏肉・牛肉			大豆・小麦	ごま油
	いかやさいよせやき				いか			
	むきえだまめ						大豆	
	あげぎょうざ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	あんにんどうふ	乳						アーモンド
17（金）	ごはん							
	ぶたにくのさいきょうやき			ゼラチン・豚肉			大豆	
	だしまきたまご	卵					大豆・小麦	
	キャベツ							
	えびフライ	卵	えび				大豆・小麦	
	ほうれんそうのなめたけあえ						大豆・小麦	
	グレープフルーツ							
	わかめスープ			ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油・ごま
20（月）	おさかなカレーライス	乳		豚肉・鶏肉	さば	りんご・バナナ	大豆・小麦	
	ささみフライ			豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	はなやさいのソテー			鶏肉			大豆・小麦	
	ハムソテー			豚肉・鶏肉			大豆	
	シルバーサラダ	卵		豚肉			大豆	
	ようなし							
	みかん							

	通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
21（火）	まーぼーどうふどん			豚肉			大豆・小麦	ごま油・ごま
	はるまき			鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	にんじんあまに							
	コーンしゅうまい			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	むきえだまめ						大豆	
	ちくわとピーマンのいためもの						大豆・小麦	ごま油
	だいがくいも						大豆・小麦	ごま油・ごま
22（水）	おにぎり(うめ)							
	ハムチーズパン	乳・卵		豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	とりにくのスタミナやき			鶏肉		りんご	大豆・小麦	ごま油・ごま
	だいこんのきんぴら						大豆・小麦	ごま油
	クリーミーコロッケ	乳・卵	かに・えび	ゼラチン・豚肉			大豆・小麦	
	ブロッコリーのおかかあえ				さば		大豆・小麦	
	ツナとえだまめのサラダ						大豆・小麦	
	フルーツヨーグルト	乳・卵				もも・バナナ	大豆・小麦	
	たまねぎとあぶらあげのみそしる						大豆	
23（木）	ごはん							
	さばのスパイスやき				さば		大豆	
	キャベツ							
	チキンナゲット	乳		鶏肉			大豆・小麦	
	あまずあんミートボール			鶏肉			大豆・小麦	ごま
	いりどうふ	卵					大豆・小麦	
	あんず							
	りんご					りんご		
	じゃがいもとわかめのみそしる						大豆	
24（金）	ごはん							
	ハンバーグバーベキューソース			豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	ほたてふうみフライ	卵	かに				大豆・小麦	
	スパゲティ			鶏肉			大豆・小麦	
	にんじんグラッセ	乳						
	ほうれんそうのごまあえ						大豆・小麦	ごま
	おうとう					もも		
	ようなし							
	ジュリアンヌスープ	乳		鶏肉			大豆・小麦	
27（月）	いなりずし						大豆・小麦	
	チーズロール	乳・卵					大豆・小麦	
	ぶたにくのしぐれに			豚肉			大豆・小麦	
	あつやきたまご	卵					大豆・小麦	
	チーズちくわ	乳・卵					大豆	
	ブロッコリー							
	にんじんごまきんぴら						大豆・小麦	ごま油・ごま
	マンゴー							
	パイン							
	はくさいとえのきのみそしる						大豆	
28（火）	ごはん							
	ビビンバひきにく			豚肉			大豆・小麦	
	チヂミ	卵					大豆・小麦	
	きんしたまご	卵						
	さんしょくナムル			鶏肉			大豆・小麦	ごま油・ごま
	オレンジ					オレンジ		
	はるさめスープ			ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦	ごま油
29（水）	ごはん							
	だんしゃくコロッケ			豚肉			大豆・小麦	
	やさいいため			豚肉・鶏肉			大豆	
	ジャンボシュウマイ	卵	かに・えび	ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	かにかまぼこ	卵	かに・えび					
	マカロニサラダ	卵		豚肉			大豆・小麦	
	りんご					りんご		
	おうとう					もも		
	とんじる			豚肉			大豆	
30（木）	トマトカレーライス	乳		豚肉・鶏肉		りんご・バナナ	大豆・小麦	
	しろみざかなフライ					りんご	大豆・小麦	
	ほうれんそうオムレツ	卵					大豆	
	ウインナー			豚肉・鶏肉				
	やさいとひじきのあえもの						大豆・小麦	ごま
	あんず							
	パイン							
31（金）	ハンバーガー	乳・卵		豚肉・鶏肉		りんご・オレンジ	大豆・小麦	ごま
	クリームクロワッサン	乳・卵					大豆・小麦	
	とりのからあげ	乳・卵		鶏肉			大豆・小麦	
	ナポリタン			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	ハートかまぼこ							
	バターブロッコリー	乳		鶏肉			大豆・小麦	
	ももゼリー					もも		
	キャベツのしらすあえ						大豆・小麦	ごま
	ミルクスープ	乳		豚肉・鶏肉			大豆・小麦	

※アレルゲン項目	卵・乳	甲殻類	肉類・ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
該当28品目名	卵 乳	えび かに	鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン	さけ さば いか あわび いくら	やまいも まつたけ オレンジ キウイフルーツ もも りんご バナナ	小麦 大豆 そば(不使用)	ごま ごま油 カシューナッツ アーモンド くるみ 落花生(不使用)

※上記のアレルゲン品目名のごま・ごま油は同一品目として28品目としております。
※揚げ油は、ろ過して使用している為、アレルゲン一覧に記載されていないアレルゲンも含まれている可能性もあります
※特定・推奨アレルゲン項目28品目以外の表示義務のない食材に関しては詳細な原材料の特定ができない為、安全性を考慮しお応えすることができません。ご了承ください。