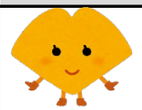
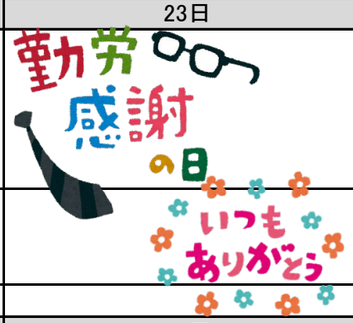
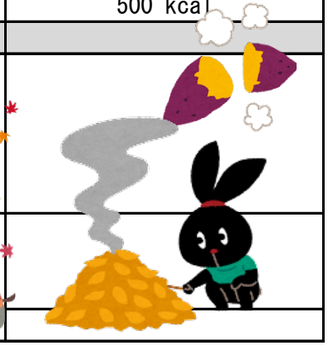
11月 3歳未満

アレルギー対応献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付			1日	2日	3日	4日
午前おやつ			豆乳	豆乳		豆乳
昼食			ごはん 豚のごま炒め こまつなともやしの和え物 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	はくさいと鶏のあんかけうどん(米粉) ピーマンとちくわのサラダ すまし汁(豆腐・なめこ) マスカットゼリー		とり丼 ほうれん草のはるさめ炒め みそ汁(だいこん・わかめ)
午後おやつ			豆乳 さつまいものようかん Oisixお野菜せんべい	豆乳 塩むすび		豆乳 五平餅
カロリー			449 kcal	455 kcal		466 kcal
日付	6日	7日	8日	9日	10日	11日
午前おやつ	豆乳	豆乳	豆乳	豆乳	豆乳	豆乳
昼食	ビーンズライス(カレー風味)(米粉) キャベツとにんじんの和え物 コンソメスープ(玉ねぎ・ベーコン)	ごはん 鶏むねのすき焼き ブロッコリーのひじき炒め みそ汁(しめじ・ねぎ) マスカットゼリー	紅葉ごはん かれいの蒲焼き風 きゅうりとかぶのコーン和え みそ汁(かぼちゃ・えのき) りんご	ごはん ポークチャップ ほうれん草のソテー 豆乳ポタージュ(玉ねぎ・にんじん)	とりさんライス コーン入り豆腐ナゲット(米粉) さつまいものマヨドレサラダ みそ汁(キャベツ・わかめ) みかん	ごはん 鶏とれんこんの炒め煮 こまつなとにんじんのお浸し みそ汁(もやし・にら)
午後おやつ	豆乳 みかん缶入り豆乳寒天 コーンのおほしさま	豆乳 レーズン蒸しパン(米粉)	豆乳 ナポリタン(米粉)	豆乳 ライスコロッケ(米粉)	豆乳 マーブルカップケーキ(米粉)	豆乳 小魚とひじきのチャーハン
カロリー	459 kcal	466 kcal	474 kcal	524 kcal	515 kcal	464 kcal
日付	13日	14日	15日	16日	17日	18日
午前おやつ	豆乳	豆乳	豆乳	豆乳	豆乳	豆乳
昼食	ごはん 鶏の炒め煮 チンゲン菜とにんじんの納豆和え みそ汁(じゃがいも・はくさい)	ふりかけごはん 鮭のパン粉焼き(米粉) だいこんの酢の物 すまし汁(生揚げ・さつまいも) バナナ	ごはん 豚のごま炒め こまつなともやしの和え物 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	はくさいと鶏のあんかけうどん(米粉) ピーマンとちくわのサラダ すまし汁(豆腐・なめこ) マスカットゼリー	ごはん ぶりのおろし煮 根菜の金平 みそ汁(さつまいも・ほうれん草)	とり丼 ほうれん草のはるさめ炒め みそ汁(だいこん・わかめ)
午後おやつ	豆乳 かぼちゃドーナツ(米粉)	豆乳 ほうれん草蒸しパン(米粉)	豆乳 さつまいものようかん Oisixお野菜せんべい	豆乳 塩むすび	豆乳 ピザ風パン(米粉)	豆乳 五平餅
カロリー	467 kcal	473 kcal	449 kcal	455 kcal	470 kcal	466 kcal
日付	20日	21日	22日	23日	24日	25日
午前おやつ	豆乳	豆乳	豆乳		豆乳	豆乳
昼食	ビーンズライス(カレー風味)(米粉) キャベツとにんじんの和え物 コンソメスープ(玉ねぎ・ベーコン)	ごはん 鶏むねのすき焼き ブロッコリーのひじき炒め みそ汁(しめじ・ねぎ) マスカットゼリー	紅葉ごはん かれいの蒲焼き風 きゅうりとかぶのコーン和え みそ汁(かぼちゃ・えのき) りんご		とうきびめし さばのじゃう ブロッコリーのごま和え いものこ汁 みかん	ごはん 鶏とれんこんの炒め煮 こまつなとにんじんのお浸し みそ汁(もやし・にら)
午後おやつ	豆乳 みかん缶入り豆乳寒天 コーンのおほしさま	豆乳 レーズン蒸しパン(米粉)	豆乳 ナポリタン(米粉)		豆乳 石垣団子(米粉)	豆乳 小魚とひじきのチャーハン
カロリー	459 kcal	466 kcal	474 kcal		508 kcal	464 kcal
日付	27日	28日	29日	30日		
午前おやつ	豆乳	豆乳	豆乳	豆乳		
昼食	ごはん 鶏の炒め煮 チンゲン菜とにんじんの納豆和え みそ汁(じゃがいも・はくさい)	ふりかけごはん 鮭のパン粉焼き(米粉) だいこんの酢の物 すまし汁(生揚げ・さつまいも) バナナ	ごはん 豚のごま炒め こまつなともやしの和え物 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	はくさいと鶏のあんかけうどん(米粉) ピーマンとちくわのサラダ すまし汁(豆腐・なめこ) マスカットゼリー		
午後おやつ	豆乳 かぼちゃドーナツ(米粉)	豆乳 ほうれん草蒸しパン(米粉)	豆乳 さつまいものようかん Oisixお野菜せんべい	豆乳 塩むすび		
カロリー	467 kcal	473 kcal	449 kcal	455 kcal		

11月 3歳以上

アレルギー対応献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付			1日	2日	3日	4日
昼食	 11月 こんだてひょう		ごはん 豚のごま炒め こまつなともやしの和え物 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	はくさいと鶏のあんかけうどん(米粉) ピーマンとちくわのサラダ すまし汁(豆腐・なめこ) マスカットゼリー		カレーライス マスカットゼリー
午後おやつ			牛乳 さつまいものようかん	牛乳 塩むすび		牛乳 おせんべい
カロリー			493 kcal	503 kcal		498 kcal
日付	6日	7日	8日	9日	10日	11日
昼食	ビーンズライス(カレー風味)(米粉) キャベツとにんじんの和え物 コンソメスープ(玉ねぎ・ベーコン)	ごはん 鶏むねのすき焼き ブロッコリーのひじき炒め みそ汁(しめじ・ねぎ) マスカットゼリー	紅葉ごはん かれいの蒲焼き風 きゅうりとかぶのコーン和え みそ汁(かぼちゃ・えのき) りんご	ごはん ポークチャップ ほうれん草のソテー 豆乳ポタージュ(玉ねぎ・にんじん)	とりさんライス コーン入り豆腐ナゲット(米粉) さつまいものマヨドレサラダ みそ汁(キャベツ・わかめ) みかん	カレーライス マスカットゼリー
午後おやつ	牛乳 みかん缶入り豆乳寒天	牛乳 レーズン蒸しパン(米粉)	牛乳 ナポリタン(米粉)	牛乳 ライスコロッケ(米粉)	牛乳 マーブルカップケーキ(米粉)	牛乳 コーンのおほしさま
カロリー	495 kcal	515 kcal	512 kcal	574 kcal	556 kcal	500 kcal
日付	13日	14日	15日	16日	17日	18日
昼食	ごはん 鶏の炒め煮 チンゲン菜とにんじんの納豆和え みそ汁(じゃがいも・はくさい)	ふりかけごはん 鮭のパン粉焼き(米粉) だいこんの酢の物 すまし汁(生揚げ・さつまいも) バナナ	ごはん 豚のごま炒め こまつなともやしの和え物 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	はくさいと鶏のあんかけうどん(米粉) ピーマンとちくわのサラダ すまし汁(豆腐・なめこ) マスカットゼリー	ごはん ぶりのおろし煮 根菜の金平 みそ汁(さつまいも・ほうれん草)	カレーライス マスカットゼリー
午後おやつ	牛乳 かぼちゃドーナツ(米粉)	牛乳 ほうれん草蒸しパン(米粉)	牛乳 さつまいものようかん	牛乳 塩むすび	牛乳 ピザ風パン(米粉)	牛乳 おせんべい
カロリー	505 kcal	514 kcal	493 kcal	503 kcal	510 kcal	498 kcal
日付	20日	21日	22日	23日	24日	25日
昼食	ビーンズライス(カレー風味)(米粉) キャベツとにんじんの和え物 コンソメスープ(玉ねぎ・ベーコン)	ごはん 鶏むねのすき焼き ブロッコリーのひじき炒め みそ汁(しめじ・ねぎ) マスカットゼリー	紅葉ごはん かれいの蒲焼き風 きゅうりとかぶのコーン和え みそ汁(かぼちゃ・えのき) りんご		とうきびめし さばのじゃう ブロッコリーのごま和え いものこ汁 みかん	カレーライス マスカットゼリー
午後おやつ	牛乳 みかん缶入り豆乳寒天	牛乳 レーズン蒸しパン(米粉)	牛乳 ナポリタン(米粉)		牛乳 石垣団子(米粉)	牛乳 コーンのおほしさま
カロリー	495 kcal	515 kcal	512 kcal		558 kcal	500 kcal
日付	27日	28日	29日	30日		
昼食	ごはん 鶏の炒め煮 チンゲン菜とにんじんの納豆和え みそ汁(じゃがいも・はくさい)	ふりかけごはん 鮭のパン粉焼き(米粉) だいこんの酢の物 すまし汁(生揚げ・さつまいも) バナナ	ごはん 豚のごま炒め こまつなともやしの和え物 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	はくさいと鶏のあんかけうどん(米粉) ピーマンとちくわのサラダ すまし汁(豆腐・なめこ) マスカットゼリー		
午後おやつ	かぼちゃドーナツ(米粉)	ほうれん草蒸しパン(米粉)	さつまいものようかん	塩むすび		
カロリー	505 kcal	514 kcal	493 kcal	503 kcal		