アレルギー対応献立

平成24年 **2月**

知立学園

※材料で気になる食材がありましたら、赤丸でお願いします。また、ご不明な点や、ご質問などありましたら、下へご記入下さい。

・1日（水）肉団子のクリーム煮の肉団子は、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉で作ります。
　シチュールウは、アレルギー用ルウを使用します。

・2日（木）いわしのつみれ汁のいわしのつみれは、卵、乳製品は、含まれておりません。
※魚肉すり身（いわし、たら）でん粉、砂糖、食塩、調味料（アミノ酸等）
・6日（月）野菜あんかけ丼は、鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、片栗粉、醤油、砂糖、みりんで作ります。
・6日（月）スマイルポテトには、卵、乳製品は含まれておりません。
※じゃがいも、植物油脂（カノラ油、綿実油）、ポテトフレーク（じゃがいも、グリセリン脂肪酸エステル、ピロリ酸ナトリウム、クレン酸）、ミーズニングミックス（加工澱粉食塩、香辛料抽出物（胡椒）、塩化カリウム）ぶどう糖、ピロリン酸ナトリウム

・7日（火）照り焼きハンバーグのハンバーグは、卵、乳製品は含まれていません。
※鶏肉、たまねぎ、豚肉、豚脂、粒状植物性たん白、パン粉（大豆成分）、小麦加工品、でん粉、砂糖、食塩、トマトペースト、ポークエキス、しょうが、しょうゆ、酵母エキス、香辛料、調整水

・8日（水）ひとくちチーズの代わりに、米粉、砂糖で米粉団子を作ります。

・9日（木）米粉パンは、米粉、片栗粉、食塩、砂糖、ドライイースト、サラダ油で作ります。
・9日（木）手作りチキンカツは、鶏肉、片栗粉、米粉パン粉で作ります。
・9日（木）コールスローは、マヨネーズの代わりに、手作りドレッシング（白みそ、砂糖、みりん、酢、油）で和えます。
・9日（木）玉ねぎとかぼちゃのクリームスープのシチュールウは、アレルギー用ルウを使用します。牛乳は加えません。

・10日（金）カレーは、卵・乳製品は、含まれていません。
（食用油脂（パーム油、なたね油、大豆油）、小麦粉、砂糖、食塩、コーンステーチ、カレー粉、野菜パウダー（じゃがいも、さつまいも、白菜、キャベツ、玉ねぎ、人参、セロリ、かぼちゃ、ほうれん草、ながいも、モロヘイヤ）、ポークエキス、香辛料、たん白加水分解物（大豆）、チキンブイヨン、酵母エキス、カラメル色素、調味料（L-グルタミン酸ナトリウム
・5’-リボヌクレオチドニナトリウム）、酸味料（DL-リンゴ酸）、乳化剤（ショ糖脂肪酸エステル）
・10日（金）手作りウインナーは、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉で作ります。
・10日（金）カリフラワーとブロッコリーのサラダは、ごまドレッシングの代わりに、手作りドレッシング（白みそ、砂糖、みりん、酢、油）で和えます。
・10日（金）りんご乳酸菌は、りんごジュースに代わります。

・13日（月）ひじきと鶏のそぼろのまぜごはんのトッピングの卵は、コーンに代わります。
・13日（月）手作りナゲットは、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉で作ります。
・14日（火）ハートのコロッケは、卵、乳製品は含まれておりません。
※さつまいも、じゃがいも、乾燥マッシュポテト、水あめ、植物油脂、パン粉（小麦・大豆）、小麦粉、コーンフラワー、でん粉、、水、調味料、砂糖、食物繊維、（難消化性デキストリン）、食塩、着色料、香料、アミノ酸、甘味料
・14日（火）コーンクリームスープは、コーン、アレルギー用シチュールウで作ります。
・14日（火）チョコレートは、アレルギー用チョコレートを使います。（辻安全食品）
・15日（水）手作り肉団子は、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉で作ります。

・17日（金）プルコギに使用する焼き肉のたれには、卵、乳製品は含まれておりません。
※しょうゆ、ぶどう糖果糖液糖、りんご、みそ、にんにく、レモン果汁、醸造酢、ごま、小麦発酵調味料、酵母エキス、しょうが、食塩、唐辛子、香辛料、アルコール、増粘剤（キサンタン）
・20日（月）竹輪の天ぷらの竹輪には、卵、乳製品は含まれておりません。
※竹輪・・・魚肉、でん粉（馬鈴薯）ミックス粉（でん粉、大豆たん白、寒天、粉あめ、大豆たん白、砂糖、大豆油、豚脂、食塩、ぶどう糖、調味料（アミノ酸））
・20日（月）乳酸菌飲料は、野菜ジュースに代わります。

・21日（火）手作りしゅうまいは、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉、しゅうまいの皮で作ります。
・21日（火）手作り黄桃ケーキは、小麦粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、砂糖で作ります。
　　クリームのトッピングは、じゃが芋と砂糖を合わせてクリームを作ったものを使います。

・23日（木）米粉パンは、米粉、片栗粉、食塩、砂糖、ドライイースト、サラダ油で作ります。
・23日（木）ポークシチューのビーフシチュールウは、アレルギー用ハヤシルウを使用します。

・27日（月）がんもの煮物のがんもには、卵、乳製品は含まれておりません。
※豆腐、植物油脂、粉状植物性たん白、人参、澱粉、砂糖、黒ごま、食塩、水、調味料（アミノ酸）、豆腐用擬固剤
・28日（火）肉団子の甘酢煮の肉団子は、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉で作ります。
・29日（水）中華丼の中に入るうずら卵の代わりに、コーンに代わります。
・29日（水）春巻は、卵、乳製品が含まれていません。
春巻（竹の子・玉ねぎ・人参・キャベツ・植物油・ごま油・粒状植物性たん白（大豆）・はるさめ・豚肉・しょうゆ・小麦粉・ショートニング（大豆）・豚脂・きのこ（しいたけ・きくらげ）・砂糖・でん粉・食塩・ポークブイヨン・オイスターソース・魚介エキス・XO醤・香辛料・｛皮｝小麦粉・水あめ・植物油・ショートニング（大豆）・食塩・でん粉・グルテン・加工でん粉）

2月のこんだて

（卵・乳製品アレルギー用）

日	曜日	献立名		体内での働き 材料名 ちからのもと	体をつくるもと	調子を整える	その他	カロリー
1	水	ごはん 肉団子のクリーム煮	ツナとほうれん草ともやし炒め 手作りぶどうゼリー 白菜と人参のコンソメスープ	油、砂糖 アレルギー用シチュールウ 片栗粉、米	鶏ミンチ、ツナ 粉寒天	玉ねぎ、コーン、ほうれん草 もやし、ぶどうジュース 白菜、人参	コンソメ	465Kcal
2	木	なめたけごはん 肉じゃが	小えびとキャベツのごま和え パイン いわしのつみれ汁　節分豆	米、じゃが芋 糸こんにゃく 砂糖、油、ごま	豚肉、むきえび いわしのつみれ みそ、節分豆	なめたけ、玉ねぎ、人参 グリンピース、キャベツ パイン、ごぼう、ねぎ	みりん	472Kcal
3	金		午前保育					
6	月	野菜あんかけ丼	スマイルポテト かぶの塩昆布和え しめじとかぶの葉のみそ汁	砂糖、片栗粉、米 スマイルポテト 油	鶏肉 のり、塩昆布 みそ	玉ねぎ、人参、コーン かぶ、しめじ かぶの葉	みりん	492Kcal
7	火	ごはん 照り焼き ハンバーグ	大学芋 じゃこと胡瓜の和え物 白菜とわかめのみそ汁	砂糖、油 さつま芋 米	ハンバーグ しらす、わかめ みそ	胡瓜、白菜	みりん	520Kcal
8	水	ごはん さばのみそ煮	にらもやし炒め　ふりかけ（ゆかり） 米粉団子 えのきと三つ葉のおすまし	砂糖、油 米粉、米	さば、みそ	にら、もやし 人参、えのき 三つ葉、ゆかり	みりん 中華スープ	464Kcal
9	木	米粉パン（卵・乳なし） 手作り チキンカツ	コールスロー　パンの日 カットコーン 玉ねぎとかぼちゃのクリームスープ	米粉パン、油 片栗粉、米粉パン粉 アレルギー用シチュールウ	鶏肉	キャベツ、人参 みかん缶、コーン 玉ねぎ、かぼちゃ	コンソメ 手作りドレッシング	532Kcal
10	金	カレーライス	手作りウインナー カリフラワーとブロッコリーのサラダ りんごジュース	じゃが芋 カレールウ 油、米、片栗粉	豚肉、鶏ミンチ	人参、玉ねぎ カリフラワー ブロッコリー、りんごジュース	ケチャップ コンソメ 手作りドレッシング	574Kcal
13	月	ひじきと鶏そぼろ のまぜごはん	手作りナゲット 白菜のお浸し キャベツとあげのみそ汁	砂糖、米 片栗粉、油	鶏肉、ひじき 鶏ミンチ 油揚げ、みそ	人参、コーン、玉ねぎ、白菜 胡瓜、キャベツ	みりん	475Kcal
14	火	ごはん ハートコロッケ	ツナと大根の旨煮　チョコレート りんご　バレンタイン コーンクリームスープ	ハートコロッケ 油、砂糖 アレルギー用シチュールウ、米	ツナ アレルギー用チョコレート	大根、りんご コーン	みりん	577Kcal
15	水	焼きそば	手作り肉団子 ほうれん草ともやしのごま和え じゃが芋とわかめのみそ汁	焼きそば 油、片栗粉、砂糖、ごま じゃが芋	豚肉、鶏ミンチ わかめ、みそ	キャベツ、人参 ピーマン、玉ねぎ、ほうれん草 もやし	みりん ウスターソース	390Kcal
16	木	ごはん 鶏の唐揚げ	根菜煮 パイン 白菜としめじのみそ汁	片栗粉、油 砂糖、米	鶏肉、みそ	ごぼう、れんこん 人参、パイン 白菜、しめじ	みりん	513Kcal
17	金	ごはん プルコギ	里芋の煮物 小松菜とキャベツのおかか和え なめことあげのみそ汁	油、里芋 砂糖、米	豚肉、かつお節 油揚げ、みそ	もやし、玉ねぎ、ピーマン 赤ピーマン、人参 小松菜、キャベツ、なめこ	焼き肉のたれ みりん	445Kcal
20	月	きつねうどん	竹輪の天ぷら 大根の磯和え 野菜ジュース	うどん、花麸 小麦粉、油 砂糖	油揚げ、竹輪 青のり	ねぎ、大根 野菜ジュース	うどんつゆ	401Kcal
21	火	五目豆腐丼	手作りしゅうまい　手作り黄桃ケーキ もやしと胡瓜の中華和え　誕生日会 えのきとチンゲン菜の中華スープ	春雨、砂糖、片栗粉 油、ごま油、米、しょうまいの皮 小麦粉、ベーキングパウダー、じゃが芋	豆腐、豚肉 鶏ミンチ	ねぎ、人参、しめじ、もやし、玉ねぎ 胡瓜、えのき、チンゲン菜 黄桃缶	中華スープ みりん	648Kcal
22	水	ごはん 鮭のカレー揚げ	かぼちゃ煮 バナナ 大根と三つ葉のみそ汁	片栗粉、油 砂糖、米	鮭、みそ	かぼちゃ、バナナ 大根、三つ葉	カレー粉 みりん	503Kcal
23	木	米粉パン（卵・乳なし） ポークシチュー	スパゲティソテー コーンとブロッコリーの味噌ドレ和え　パンの日 ぶどうジュース	米粉パン、いちごジャム じゃが芋、アレルギー用ﾋﾔｼﾙｳ 油、スパゲティ、砂糖	豚肉、ツナ みそ	人参、玉ねぎ、赤ピーマン 黄ピーマン、ピーマン コーン、ブロッコリー、ぶどうジュース	ケチャップ コンソメ	544Kcal
24	金		午前保育					
27	月	ごはん 回鍋肉	がんもの煮物 りんご 花麸とわかめのおすまし	砂糖、ごま油 花麸、米	豚肉、みそ がんも、わかめ	キャベツ、人参 ピーマン、りんご	みりん	468Kcal
28	火	菜めしごはん 肉団子の甘酢煮	チンゲン菜ともやし炒め 粉ふき芋 大根とあげのみそ汁	米、砂糖 片栗粉、油 じゃが芋	鶏ミンチ、油揚げ みそ	菜めしの素、玉ねぎ 人参、もやし、ピーマン コーン、大根	みりん	439Kcal
29	水	中華丼	春巻き フルーツポンチ 白菜とえのきとわかめの中華スープ	米、片栗粉 油、砂糖	豚肉、いか 春巻き 粉寒天、わかめ	白菜、人参、種茸、コーン フルーツカクテル えのき	中華スープ みりん	456Kcal

☆給食の後には毎回≪肝油≫がつきます。　≪肝油≫は【ちからのもと】になります。

※　材料の都合により献立を変更する場合があります。