



魚	卵
代替食・除去対応	除去対応

予定献立表・幼児食【魚・卵アレルギー対応】



曜日	月	火	水	木	金	土	曜日	月	火	水	木	金	土
日		4	5	6	7	8	日	24	25	26	27	28	29
おやつ		お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
昼食		ごはん 豆腐の肉味噌グラタン 白菜の煮浸し スープ	ゆかりごはん 白身魚の照焼⇒鶏肉へ 南瓜とひじき煮 味噌汁	炒め納豆ごはん カレーきんぴら フルーツ 味噌汁	ごはん 紅のちゅうちゃん焼⇒鶏肉へ 温野菜のオイルソース 七草汁	ごはん 鶏のマヨネーズ焼 大根のナムル 味噌汁	おやつ	ポークカレー キャベツとコーンのサラダ フルーツ スープ	ごはん 鶏のから揚げ かぶのナムル 味噌汁	豚きんぴら丼 ひじきサラダ フルーツ 味噌汁	ごはん 白身魚の和風ステーキ⇒鶏肉へ 切干の煮物 味噌汁	ごはん ポークビーンズ 白菜サラダ 味噌汁	餅子チャーハン⇒鮭除去 南瓜の煮物 キャベツの胡麻和え 味噌汁
主要食材		米・豆腐・鶏挽肉・玉ねぎ・味噌 マヨネーズ・白菜・もやし・人参	米・ゆかり・ほっけ・ブロッコリー トマト・南瓜・人参・ひじき・味噌	米・鶏挽肉・人参・長ねぎ・納豆 じゃが芋・いんげん・カレー粉 フルーツ・みそ	米・鮭・玉ねぎ・人参・ピーマン 味噌・ブロッコリー・カリフラワー じゃが芋・マヨネーズ・クチャップ	米・鶏肉・小麦粉・玉ねぎ・マヨネーズ パセリ粉・南瓜・いんげん・大根 茹瓜・人参・ごま油・酢・味噌	主要食材	米・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 カレールウ・きゃべつ・胡瓜・コーン トマト・ブロッコリー・マヨネーズ マヨネーズ・フルーツ	米・鶏肉・しょうが汁・小麦粉・片栗粉 胡瓜・コーン・ひじき・マヨネーズ 人参・胡瓜・ごま油・酢・味噌	米・豚肉・ごぼう・人参・きゃべつ 胡瓜・コーン・ひじき・マヨネーズ 酢・フルーツ・味噌	米・たらこ・小麦粉・ブロッコリー じゃが芋・トマト・大根・人参・いんげん 味噌	米・豚挽肉・大豆・氷煮・人参・玉ねぎ じゃが芋・トマト・ごぼう・キャベツ 胡瓜・ごま・味噌	米・さけ・フレーク・人参・玉ねぎ マヨネーズ・白菜 胡瓜・ごま・味噌
おやつ		クチャップうどん⇒ツナ除去 牛乳	きな粉フレンチトースト 牛乳	バナナスクエア 牛乳	フルーツきんとん 牛乳	オレンジゼリー 牛乳	おやつ	みそ蒸しパン 牛乳	じゃがもち 牛乳	オレンジフレンチトースト 牛乳	マカロニきなこ 牛乳	ツナおにぎり⇒ツナ除去 牛乳	オレンジポンチ 牛乳
主要食材		うどん・ツナ・人参・玉ねぎ ピーマン・クチャップ	食パン・豆乳・マーガリン・きな粉	ホットケーキミックス・豆乳 バナナ・レモン汁	さつまいも・りんご	アガー・オレンジジュース・フルーツ	主要食材	ホットケーキミックス・味噌・豆乳 じゃが芋・片栗粉	じゃが芋・片栗粉	食パン・豆乳・オレンジジュース マーガリン	マカロニ・きな粉	米・ツナ・人参	フルーツ・オレンジジュース
1,2歳		I補給 - 498.0 kcal 蛋白質 22.5 g	I補給 - 510.0 kcal 蛋白質 19.0 g	I補給 - 497.0 kcal 蛋白質 15.0 g	I補給 - 489.0 kcal 蛋白質 16.2 g	I補給 - 489.0 kcal 蛋白質 19.0 g	1,2歳	I補給 - 504.0 kcal 蛋白質 14.2 g	I補給 - 515.0 kcal 蛋白質 19.4 g	I補給 - 492.0 kcal 蛋白質 17.6 g	I補給 - 508.0 kcal 蛋白質 19.1 g	I補給 - 524.0 kcal 蛋白質 18.7 g	I補給 - 504.0 kcal 蛋白質 15.0 g
3,4,5歳		I補給 - 531.0 kcal 蛋白質 24.7 g	I補給 - 513.0 kcal 蛋白質 20.1 g	I補給 - 540.0 kcal 蛋白質 18.5 g	I補給 - 518.0 kcal 蛋白質 17.3 g	I補給 - 503.0 kcal 蛋白質 20.7 g	3,4,5歳	I補給 - 562.0 kcal 蛋白質 16.4 g	I補給 - 529.0 kcal 蛋白質 21.3 g	I補給 - 538.0 kcal 蛋白質 20.6 g	I補給 - 545.0 kcal 蛋白質 21.0 g	I補給 - 573.0 kcal 蛋白質 21.5 g	I補給 - 524.0 kcal 蛋白質 16.3 g
日	10	11	12	13	14	15	日	31					
おやつ		お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	おやつ	お菓子					
昼食	成人の日	豆腐ドライカレー 和風サラダ⇒ツナ除去 フルーツ スープ	人参コーンごはん 和風サラダ⇒ツナ除去 切干の煮物 すまし汁	ごはん 鶏肉のﾊﾞｰﾍﾞﾙｸｰﾙｽ かぼちゃサラダ スープ	焼きうどん あけぼのポテト フルーツ 豆腐スープ	ごはん 鶏肉の茸あんかけ 大根サラダ⇒ツナ除去 味噌汁	おやつ	ごはん 鶏と大根のさっぱり煮 さつま芋サラダ 味噌汁	新年あけましておめでとうございます 新たな一年が始まりました。 子どもたちの元気な声と、キラキラ輝く笑顔がクラスに広がります。 ところで、寒い季節にぴったりの食べ物の一つに、鍋物があります。 鍋物は、身体が温まり、野菜類をたっぷり食べることができる優れた 日本の食文化です。また、家族で一緒に食べることでよりおいしく感 じることができます。バランスの良い食事を食べることで、寒い冬を 元気に過ごしたいものです。				
主要食材		米・豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン 豆腐・カレールウ・きゃべつ・ツナ 胡瓜・酢・フルーツ	米・人参・コーン・たらこ・味噌・じゃが芋 鶏のり・切干大根・いんげん	米・鶏肉・クチャップ・ウスターソース ブロッコリー・トマト・南瓜・胡瓜 玉ねぎ・マヨネーズ・味噌	うどん・豚肉・玉ねぎ・きゃべつ 人参・鶏のり・じゃが芋・マヨネーズ クチャップ・フルーツ・豆腐・ほろりん	米・鶏肉・小麦粉・しめじ・えのき 玉ねぎ・ひじき・片栗粉・大根 胡瓜・ツナ・マヨネーズ・味噌	主要食材	米・大根・鶏肉・人参・酢・いんげん さつま芋・胡瓜・玉ねぎ・マヨネーズ 味噌	新しい年を迎え、気持ちも新たに最後の学期が始まりました。 今年も子どもたちの健康を考えながら、おいしく・楽しく食べ られる給食を作っていきますので、よろしくお願いたします。 また、みなさまにとってよりよい年になりますよう願っております。				
おやつ		りんご・レモン汁・ヨーグルト	食パン・いちごジャム	ホットケーキミックス・豆乳・きな粉	ホットケーキミックス・豆乳・きな粉	アガー・グレープジュース	おやつ	米・苺					
1,2歳		I補給 - 492.0 kcal 蛋白質 18.1 g	I補給 - 509.0 kcal 蛋白質 16.8 g	I補給 - 488.0 kcal 蛋白質 20.5 g	I補給 - 501.0 kcal 蛋白質 20.1 g	I補給 - 487.0 kcal 蛋白質 17.8 g	1,2歳	I補給 - 525.0 kcal 蛋白質 17.6 g					
3,4,5歳		I補給 - 553.0 kcal 蛋白質 22.2 g	I補給 - 544.0 kcal 蛋白質 18.5 g	I補給 - 524.0 kcal 蛋白質 22.6 g	I補給 - 531.0 kcal 蛋白質 21.3 g	I補給 - 505.0 kcal 蛋白質 20.6 g	3,4,5歳	I補給 - 532.0 kcal 蛋白質 19.4 g					
日	17	18	19	20	21	22	日						
おやつ		お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	おやつ						
昼食		ごはん 豚肉の生姜焼 もやしの和え物 フルーツ	ごはん コーンコロッケ 高野豆腐の煮物 味噌汁	ごはん 紅のマヨネーズ焼⇒鶏肉へ キャベツの胡麻和え 味噌汁	ごはん 南瓜と豚の炒め煮 白菜の煮浸し 味噌汁	ごはん 白身魚の日前あん⇒鶏肉へ 青菜のマヨ醤油 味噌汁	おやつ	◆お楽しみおやつ 牛乳					
主要食材		米・豚肉・しょうが汁・玉ねぎ・トマト もやし・茹瓜・人参・味噌	米・じゃが芋・コーン・玉ねぎ・小麦粉 パン粉・トマト・ひじき・高野豆腐 人参・南瓜・ごま・フルーツ	米・紅・マヨネーズ・玉ねぎ・トマト アサゲ・きゃべつ・胡瓜・ごま	米・南瓜・鶏肉・人参・玉ねぎ・いんげん 白菜・もやし・味噌	米・かれい・小麦粉・玉ねぎ・人参 ピーマン・かつお・酢・片栗粉 ほろりん・マヨネーズ・味噌	主要食材	米・しらす・人参					
おやつ		りんご・レモン汁・ヨーグルト	ホットケーキミックス・りんご 豆乳	マカロニ・ツナ・人参・玉ねぎ クチャップ・かつお・パン粉	ホットケーキミックス・豆乳 マーガリン	豆乳・アガー・いちごジャム	おやつ						
1,2歳		I補給 - 490.0 kcal 蛋白質 20.7 g	I補給 - 502.0 kcal 蛋白質 20.0 g	I補給 - 532.0 kcal 蛋白質 14.5 g	I補給 - 494.0 kcal 蛋白質 20.6 g	I補給 - 491.0 kcal 蛋白質 17.1 g	1,2歳	I補給 - 482.0 kcal 蛋白質 17.1 g					
3,4,5歳		I補給 - 575.0 kcal 蛋白質 22.9 g	I補給 - 552.0 kcal 蛋白質 22.9 g	I補給 - 580.0 kcal 蛋白質 15.8 g	I補給 - 533.0 kcal 蛋白質 22.5 g	I補給 - 520.0 kcal 蛋白質 18.0 g	3,4,5歳	I補給 - 508.0 kcal 蛋白質 18.6 g					
1,2歳		I補給 - 490.0 kcal 蛋白質 20.7 g	I補給 - 502.0 kcal 蛋白質 20.0 g	I補給 - 532.0 kcal 蛋白質 14.5 g	I補給 - 494.0 kcal 蛋白質 20.6 g	I補給 - 491.0 kcal 蛋白質 17.1 g	1,2歳	I補給 - 482.0 kcal 蛋白質 17.1 g					
3,4,5歳		I補給 - 575.0 kcal 蛋白質 22.9 g	I補給 - 552.0 kcal 蛋白質 22.9 g	I補給 - 580.0 kcal 蛋白質 15.8 g	I補給 - 533.0 kcal 蛋白質 22.5 g	I補給 - 520.0 kcal 蛋白質 18.0 g	3,4,5歳	I補給 - 508.0 kcal 蛋白質 18.6 g					

■午前おやつは、お菓子類を提供しています。

ノロウイルスについて

《どうやって感染するの？どんな症状？》

ごく少量でも口から体の中に入ることによって感染します。感染してから1日～2日で下痢、吐き気、腹痛などの症状が出ます。通常は2～3日で治りますが、子どもや抵抗力の弱い人がかかると、重症になることがあります。体調が悪い時は、早めに病院で診察を受けましょう。

《どんなことに気を付ければいいのか？》

1. しっかりうがいと手をあらいましょう！
食事前、調理前、トイレの後は、石けんをよく泡立てて洗い、流水でよく流しましょう。
2. 十分加熱して食べましょう！
二枚貝は、十分に加熱してから食べるようにしましょう。果物や野菜も水を2～3回変えて洗いましょう。
3. 食器や調理器具もよく洗いましょう！
食器や調理器具は使ったあとよく洗いましょう。煮沸や塩素消毒も効果的です。



- マヨネーズは前々度使用のものを使用しております。
 - ホットケーキミックス・カレールウとシチュールーは卵・乳製品不使用のものを使用しております。
 - 味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。
- ※尚、天候等の都合により食材材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。