

アレルギー対応献立

令和2年 5月 はげたまき幼稚園

卵、乳製品(乳糖OK)、小麦アレルギー×



5月のこんだて



卵・小麦・乳製品アレルギー用

※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(金) 中華飯に入らうずら卵は、里芋に代わりませ。
- ・1日(金) えび水餃子は、えび、大豆、ごま油、小麦、豚エキス、たらが含まれていますので、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉、ライスペーパーで作ります。
- ・7日(木) チキンカツは、小麦、大豆が含まれていますので、鶏肉、片栗粉、米粉パンで作ります。
- ・7日(木) ヨーグルトは、オレンジゼリーに代わりませ。
- ※ぶどう糖果糖液糖、柑橘混合果汁(オレンジ、うんしゅうみかん)、リンゴ果汁、食塩、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、カロチン色素、消泡シリコーン(加工助剤)、水(アレルギー27項目 オレンジ、りんご)
- ・7日(木) 心とわかれのみそ汁に入る鮎は、小麦が含まれていますので、油揚げに代わりませ。
- ・11日(月) ゆかりごはんは使うゆかりは、卵、乳製品、小麦、大豆が含まれておりませ。
- ※塩麹赤しそ(赤しそ、食塩、梅酢)、食塩、砂糖、調味料(アミノ酸等)、酸味料(アレルギー28品目:なし)
- ・11日(月) まくろカツは、小麦、大豆が含まれていますので、ほき、片栗粉、米粉パン粉で作ります。
- ・12日(火) 食パンは、乳製品、小麦が含まれていますので、米粉パン(米粉、片栗粉、食塩、砂糖、ドライイースト、サラダ油)に代わりませ。
- ・12日(火) ホークシチューに使うビーフシチューは、乳製品、小麦が含まれていますので、アレルギー用ハッシュ肉に代わりませ。
- ※タピオカでん粉、てん菜糖、トマトパウダー、食塩、果糖、ショートニング(パーム油)、さつまいも、デキストリン(タピオカでん粉)、粉末水餃、マッシュルームエキスパウダー、野菜エキスパウダー(玉ねぎエキスパウダー、白菜エキスパウダー、酵母エキスパウダー)、玉ねぎ、野菜香味パーム油、酵母エキスパウダー/調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、乳化剤
- ・12日(火) プリンは、卵、乳製品が含まれていますので、オレンジゼリーに代わりませ。
- ※ぶどう糖果糖液糖、柑橘混合果汁(オレンジ、うんしゅうみかん)、リンゴ果汁、食塩、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、カロチン色素、消泡シリコーン(加工助剤)、水(アレルギー27項目 オレンジ、りんご)
- ・13日(水) 焼きそばに使う麺は、小麦が含まれていますので、米粉めんに代わりませ。
- ・13日(水) 焼きそばに使う焼きそばソースは、卵、乳製品は含まれておりませ。
- ※糖類、醸造酢、野菜・果実(もも、りんご)、醤油(小麦・大豆)、食塩、アミノ酸液、香辛料、オイスターエキス(大豆)、マッシュルーム、肉エキス、酵母エキス、魚肉エキス、ホタテエキス、昆布、エビエキス、水、カラメル色素、増粘剤、調味料(アミノ酸等)(アレルギー物質:もも、りんご、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、えび)
- ・13日(水) カゴロックには、卵、乳製品、小麦、大豆、かに、ホタテが含まれていますので、鶏ミンチ、じゃが芋、玉ねぎ、片栗粉、米粉パン粉で作ります。
- ・13日(水) りんごゼリーは、卵、乳製品、小麦、大豆は含まれておりませ。
- ※ぶどう糖果糖液糖、りんご果汁、はちみつ、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、消泡シリコーン(加工助剤)、水(アレルギー27項目 リンゴ)
- ・14日(木) 五目うどんに使ううどんは、小麦が含まれていますので、米粉めんに代わりませ。
- ・14日(木) 五目うどんに使ううどんつゆの素には、卵、乳製品は含まれておりませ。
- ※しょうゆ(本醸造)、食塩、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、かつお節、水、調味料(アミノ酸等)、酒精、カラメル色素(アレルギー物質:小麦、大豆)
- ・14日(木) 五目うどんに入る花魁は、小麦が含まれていますので、加えませ。
- ・14日(木) つくね様の照り焼きに使うつくねは、乳製品、小麦、大豆が含まれていますので、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉で作ります。
- ・14日(木) わらび餅は、卵、乳製品、小麦は含まれておりませ。
- ※砂糖調整品(砂糖、ソルビトール)、水あめ、ヒドロキシプロピル化リン酸架橋デンプン、きな粉(大豆)、糊料、酸味料複合製剤(ぶどう糖、クエン酸三ナトリウム、ローカストビーム、カラギナン、グルコマンナン、塩化カリウム、キサンタンガム、水(原材料の一部に大豆を含む))
- ・15日(金) 心とわかれのみそ汁に入る鮎は、小麦が含まれていますので、人参に代わりませ。
- ・18日(月) 花ふとえのきのおすましに入る花魁は、小麦が含まれていますので、人参に代わりませ。
- ・19日(火) 心とわかれのみそ汁は、卵、小麦(醤油のみ)、大豆が含まれていますので、コーン、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉で作ります。
- ・19日(火) ぶどうゼリーは、卵、乳製品、小麦、大豆は含まれておりませ。
- ※ぶどう糖果糖液糖、ぶどう果汁、リンゴ果汁、食塩、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、着色料(アントシアニン・クチナシ)、香料、消泡シリコーン(加工助剤)、水(アレルギー27項目 リンゴ)
- ・20日(水) エビカツは、乳製品、小麦、えび、魚(たら)、大豆が含まれていますので、あじ、片栗粉、米粉パン粉で作ります
- ・21日(木) 塩ラーメンに使う麺は、卵が含まれていますので、米粉めんに代わりませ。
- ・21日(木) 塩ラーメンに使う塩ラーメンスープの素には、卵、乳製品は、含まれておりませ。
- ※食塩、醤油、香味油、魚介エキス(かき、あさり、さば)、砂糖、畜肉エキス、昆布、かつお節、野菜エキス、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンE)、(原材料の一部に小麦・さば・ゼラチン・大豆・鶏肉・豚肉を含む)(アレルギー物質:小麦、豚肉、鶏肉、大豆、ゼラチン、さば)
- ・21日(木) ミニ肉まんには、小麦、大豆、豚肉、ごま油が含まれていますので、肉団子(鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉、塩、こしょう)に代わりませ。
- ・21日(木) パウムクーヘンは、卵、乳製品、小麦が含まれていますので、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、バナラエッセンスで作ります。
- ・22日(金) なめごごはんに使う味噌は、卵、乳製品は含まれておりませ。
- ※えのきだけ、砂糖、醤油(小麦、大豆を含む)、食塩、かつお節エキス、酵母エキス(大豆を含む)、香辛料、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、酸化防止剤(ビタミンC)、クエン酸(原材料の一部に小麦を含む)(アレルギー特定原材料:小麦、大豆)
- ・22日(金) 和風ハンバーグに使うハンバーグは、卵、乳製品、小麦は含まれておりませ。
- ※豚肉、鶏肉、玉ねぎ、粒状植物性たん白、豚脂、難消化性デキストリン、果糖ぶどう糖液糖、つなぎ(でん粉、粉末状植物性たん白)、ドロマイト、ぶどう糖加工品、ホークエキス、発酵調味料、食塩、加工油脂、酵母エキス、チキンバイヨン、加工でん粉、クエン酸ナトリウム、その他アレルギー物質等、水(アレルギー:鶏肉、豚肉、大豆)
- ・25日(月) 豆腐と野菜のナゲットは、卵、乳製品、小麦、大豆、たら、豚脂が含まれていますので、鶏ミンチ、玉ねぎ、片栗粉で作ります。
- ・25日(月) コーンクリームスープに使うコーンスープの素は、乳製品、小麦が含まれていますので、アレルギー用シチュー肉に代わりませ。
- 牛乳は加えませ。アレルギー用肉※植物性油脂加工食品(デキストリン(タピオカでん粉)、パーム油)、タピオカでん粉、さつまいも、果糖、食塩、ショートニング、パーム油、粉末水餃、デキストリン(タピオカでん粉)、キャベツエキスパウダー、玉ねぎ、野菜エキスパウダー/未焼成カレシウム、調味料(アミノ酸等)、香料、乳化剤
- ・26日(火) チンジャオロースに使うオイスターソースは、小麦が含まれていますので、醤油、砂糖、みりんて味付けします。
- ・26日(火) ぎょうざには、乳製品、大豆、小麦が含まれていますので、鶏ミンチ、キャベツ、にら、片栗粉、ライスペーパーで作ります。
- ・26日(火) ソーダゼリーは、卵、乳製品、小麦は含まれておりませ。
- ※ぶどう糖果糖液糖、粉糖、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、着色料(青色1号)、消泡シリコーン(加工助剤)、水(アレルギー27項目なし)
- ・27日(水) チキンカレーライスに使うカレーは、小麦、大豆、たら、豚脂が含まれていますので、アレルギー用カレールウに代わりませ。
- ※タピオカでん粉、てん菜糖、トマトパウダー、食塩、果糖、ショートニング(パーム油)、さつまいも、デキストリン(タピオカでん粉)、粉末水餃、マッシュルームエキスパウダー、野菜エキスパウダー(玉ねぎエキスパウダー、白菜エキスパウダー、酵母エキスパウダー)、玉ねぎ、野菜香味パーム油、酵母エキスパウダー/調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、乳化剤
- ・27日(水) いかフライは、いか、小麦、大豆が含まれていますので、あじ、片栗粉、米粉パン粉で作ります。
- ・27日(水) じゃがサラダに使う和風野菜たっぷりドレッシングは、卵、乳製品は含まれておりませ。
- ※食用植物油(なたね油)、野菜(玉ねぎ、赤ピーマン、にんじん、しいたけ、しょうが)、しょうが(小麦、大豆)、醸造酢(りんご)、砂糖、りんご、食塩、たん白加水分解物(鶏肉、豚肉)、フルン、酵母エキス、かつお節エキス、酒糟、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)、甘味料(ステビア)、(一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む)(アレルギー特定原材料(小麦、大豆、りんご、鶏肉、豚肉))
- ・28日(木) 菜めしごはんに使う菜めしの素は、卵、乳製品、小麦は含まれておりませ。
- ※大豆、京菜、大根葉、砂糖、食塩、昆布エキス、粉末みそ、醃削り節粉末、調味料(アミノ酸等)、加工でん粉(アレルギー物質(27品目対象):大豆)
- ・28日(木) かつおフライは、小麦、大豆が含まれていますので、ほき、片栗粉、米粉パン粉で作ります。

日	曜日	献立名	体内での働き					
			ちからのもと	体をつくるもと	調子を整える	その他		
1	金	中華飯 しゅうまい 黄桃 春雨とねぎのスープ		豚肉 鶏ミンチ 油、米 春雨、里芋	白菜、玉ねぎ 人参、黄桃缶 しめじ、ねぎ	がらすー みりん	478Kcal	
4	月	みどりの日						
5	火	こどもの日						
6	水	振替休日						
7	木	ごはん チキンカツ		鶏肉 油揚げ みそ、わかめ	ブロッコリー コーン 人参	ウスターソース	500Kcal	
8	金	ごはん マーボー豆腐		米、砂糖、油 ごま油 片栗粉	豆腐、豚肉 ツナ、みそ わかめ	生薬、オレンジ ほうれん草、ねぎ 竹の子、もやし	がらすー	
11	月	ゆかりごはん 白身魚フライ		米、片栗粉 油、米粉パン粉 砂糖	ほき 油揚げ 鶏肉、みそ	れんこん、玉ねぎ 人参、いんげん バナナ、ゆかり粉	ウスターソース みりん	
12	火	米粉パン ホークシチュー		キャベツ オレングゼリー	玉ねぎ、コーン キャベツ、人参 マッシュルーム	がらすー	436Kcal	
13	水	焼きそば		コロッケ りんごゼリー 豆腐と絹さやのみそ汁	豚肉、鶏ミンチ 豆腐 みそ	キャベツ、玉ねぎ ピーマン 焼きそばソース	ウスターソース 焼きそばソース	
14	木	五目うどん		米粉めん、油 砂糖 わらび餅、片栗粉	白菜、玉ねぎ 人参 ねぎ	うどんつゆの素 みりん	427Kcal	
15	金	ごはん 鶏の唐揚げ		じゃがいも煮 オレング 人参とわかめのみそ汁	人参 みそ わかめ 片栗粉、油	人参 オレンジ ほうれん草、生姜	みりん	
18	月	ごはん さわらの西京焼き		ひじき煮 りんご 人参とえのきのおすまし	米 砂糖 油	さわら、みそ 油揚げ ひじき	人参、えのき りんご グリーンピース	みりん
19	火	ごはん 豚の生姜焼き		とうもろこしの小判焼き ぶどうゼリー 青根とねぎのみそ汁	米、油 ぶどうゼリー 砂糖、片栗粉	豚肉 鶏ミンチ みそ	玉ねぎ、コーン 大根、ねぎ、玉ねぎ 人参、生姜	みりん
20	水	炊き込みごはん あじフライ		根菜のお浸し みかん なすと玉ねぎのみそ汁	米、片栗粉 砂糖、油 鶏肉、米粉パン粉	あじ みそ わかめ	人参、生姜、しめじ 小松菜、白飯、なす みかん缶、玉ねぎ	みりん ウスターソース
21	木	塩ラーメン なめ苺ごはん 和風ハンバーグ		肉団子 ブロッコリーの中華和え 米粉ケーキ	米粉めん ごま油、砂糖 米粉	豚肉 肉団子 ベーキングパウダー	キャベツ、ねぎ ブロッコリー バナラエッセンス	みりん ウスターソース
22	金	なめ苺ごはん 和風ハンバーグ		フライドポテト バナナ チンゲン菜とあげのみそ汁	米、砂糖 フライドポテト 片栗粉、油	味噌なめ苺 チンゲン菜 バナナ、大根	みりん ウスターソース	
25	月	チキンライス		鶏と野菜のナゲット マンゴ コックリクリームスープ	米、片栗粉 鶏肉 鶏ミンチ 油	ピーマン、人参 マンゴ缶 コーン、玉ねぎ	ケチャップ がらすー	
26	火	ごはん チンジャオロース		ぎょうざ ソーダゼリー しめじとコーンのスープ	米、片栗粉 ごま油、油 ソーダゼリー	鶏肉 鶏ミンチ しめじ	人参、玉ねぎ キャベツ、もやし ぶどう糖	みりん がらすー
27	水	チキンカレーライス		あじフライ じゃがサラダ ぶどう糖ジュース	しょうが、米粉パン粉 油、米、砂糖	鶏肉 しらす あじ	人参、玉ねぎ キャベツ、胡瓜 ぶどう糖ジュース	みりん ウスターソース
28	木	菜めしごはん 白身魚フライ		厚揚げの旨煮 りんご 白菜とえのきのみそ汁	米、片栗粉 砂糖 油、米粉パン粉	ほき みそ 油揚げ	菜めしの素 白菜、えのき 人参、りんご	みりん ウスターソース
29	金	ミートスパゲティ		ハッシュドポテト ツナとほうれん草のサラダ 米粉ケーキ	米粉めん、砂糖 ハッシュドポテト 米粉、片栗粉	鶏ミンチ ツナ ベーキングパウダー	グリーンピース ほうれん草、もやし コーン、玉ねぎ	みりん ウスターソース

※ 材料の都合により献立を変更する場合があります。

- ・28日(木) 厚揚げの旨煮に使う厚揚げは、卵、乳製品、小麦は含まれておりませ。
- ※大豆、植物性油脂、豆腐用凝固剤(硫酸カルシウム、塩化マグネシウム)、消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル)、水
- ・29日(金) ミートスパゲティに使うスパゲティは、米粉めんに代わりませ。
- ・29日(金) ミートスパゲティに使うミートソースには、小麦、大豆が含まれていますので、鶏ミンチ、玉ねぎ、ケチャップ、ウスターソース、片栗粉、がらすー、砂糖、塩、こしょうで作ります。
- ・29日(金) ハッシュドポテトは、卵、乳製品、小麦、大豆は含まれておりませ。
- ※ほしいし、植物油、食塩、ぶどう糖、ピロリン酸Na(アレルギー特定原材料:なし)
- ・29日(金) ツナとほうれん草のサラダに使うイタリアンレタリングは、卵、乳製品は含まれておりませ。
- ※食用植物油(大豆)、醸造酢(りんご)、ぶどう糖果糖液糖、食塩、赤ピーマン、香辛料、ぶどう糖調味料、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、香辛料抽出物、水(原材料由来アレルギー:大豆、りんご)
- ・29日(金) シュークリームは、卵、乳、小麦、大豆が含まれていますので、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、バナラエッセンスで作ります。