平成30年4月　給食献立予定表

日付（曜日）	献立名	材料名			特定原材料							アレルギー対応	給食の栄養価			ミッキールームおやつ
		エネルギーのもとになる	体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる	えび	かに	小麦	そば	卵	乳	落花生		エネルギー	たんぱく質	脂質	
1日																
2日（月）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									430 kcal	10.2 g	11.8 g	
	しゅうまい	小麦粉、調理油	鶏肉、卵		●		●		●			【小麦･えび･卵】→合カモ				
	キャベツとマカロニのサラダ	マヨネーズ、マカロニ	ハム	キャベツ、きゅうり、にんじん					●			【卵】→ノンオイルドレッシング、ハム抜き				
	ウインナー野菜炒め		ウインナー						●			【卵】→野菜炒め				
3日（火）	玄さんロール、デザート	薄力粉、砂糖		果物			●					【小麦】→アレルギー対応パン	420 kcal	11.4 g	10.3 g	
	かぼちゃコロッケ	調理油、小麦粉、パン粉	乳	かぼちゃ、たまねぎ			●			●		【小麦･乳】→豚チリ				
	ポークサラダ		豚肉	きゅうり、にんじん、玉ねぎ												
4日（水）	昆布おにぎり	ごはん、ごま	こんぶ、のり										302 kcal	13.8 g	2.3 g	
	炊込みご飯おにぎり	ごはん、砂糖	のり	なめこ、ワラビ												
	焼魚		魚													
5日（木）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									466 kcal	12.1 g	12.0 g	
	きのこと豚肉の照り焼き風炒め物		豚肉	きのこ、玉ねぎ												
	ポテたまサラダ	マヨネーズ	卵、ハム	じゃがいも、きゅうり、玉ねぎ					●			【卵】→ノンオイルドレッシング、ハム抜き				
	白花豆		白花豆									【ナッツ】→さつまいもの甘煮				
6日（金）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									408 kcal	11.7 g	8.0 g	
	餃子	餃子の皮	豚肉、卵白	キャベツ、ねぎ、しょうが			●		●			【小麦･卵】→鶏てり甘酢あんかけ				
	白菜とベーコンの塩炒め		ベーコン	はくさい、にんじん												
	切干大根煮	調理油	油揚げ	切干大根、にんじん、しいたけ												
7日																
8日																
9日（月）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									442 kcal	11.1 g	16.2 g	
	ハンバーグ	パン粉、調理油	ひき肉、卵	玉ねぎ			●		●			【小麦･卵】→豚肉野菜炒め				
	スパゲッティサラダ	スパゲッティ、マヨネーズ	ハム	きゅうり、にんじん、玉ねぎ			●		●			【卵･小麦】→ハム抜きノンオイル春雨サラダ				
	フレンチフライドポテト	じゃがいも、調理油														
10日（火）	コッペパン、デザート	薄力粉、砂糖		果物			●					【小麦】→アレルギー対応パン	412 kcal	20.1 g	17.5 g	
	チキンボール	小麦	豚肉、卵	玉ねぎ			●		●			【小麦･卵】→合カモ				
	ブロッコリーとハムのマヨサラダ	マヨネーズ	ハム	ブロッコリー、きゅうり、にんじん					●			【卵】→ハム抜き。ノンオイルドレッシング				

11日（水）	鮭おにぎり	ごはん	鮭フレーク、のり										349 kcal	10.6 g	6.9 g	
	梅菜飯おにぎり	ごはん、砂糖	かつおぶし、わかめ、のり	青菜、梅												
	豚肉の生姜焼き	調理油	豚肉	玉ねぎ、にんじん、グリンピース ピーマン、しょうが												
12日（木）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									455 kcal	14.7 g	17.0 g	
	鶏から揚げ	小麦粉、調理油	鶏肉、卵				●		●			【小麦・卵】→チキンソテー				
	マセドアンサラダ	じゃがいも、マヨネーズ	ハム	きゅうり、にんじん					●			【卵】→ハム除去、ノンオイルドレッシング				
	ベーコンキャベツ炒め	調理油	ベーコン	キャベツ、にんじん												
13日（金）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									405 kcal	13.2 g	7.8 g	
	鶏照り焼き		鶏肉													
	ほうれん草とちくわの和え物		ちくわ	ほうれん草、にんじん					●			【卵】→ちくわ除去				
	厚焼玉子	調理油	卵						●			【卵】→切干大根煮				
14日																
15日																
16日（月）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									431 kcal	8.3 g	13.6 g	
	焼肉	砂糖、油（調理用）	豚肉	玉ねぎ、ピーマン、にんじん												
	マカロニサラダ	マカロニ、マヨネーズ	ハム	にんじん、きゅうり、玉ねぎ			●		●			【小麦・卵】→マカロニ・ハム除去、レタス入り、ノンオイルドレッシング				
	さつまいもの甘煮															
	ミニトマト			ミニトマト												
17日（火）	全粒粉ぱん、デザート	薄力粉、砂糖		果物			●					【小麦】→アレルギー対応パン	406 kcal	17.4 g	15.1 g	
	親子煮	調理油	卵、鶏肉	玉ねぎ					●			【卵】→鶏玉ねぎ煮				
	もやしと人参のサラダ		ハム	もやし、にんじん、きゅうり					●			【卵】→ハム除去				
18日（水）	ひじきご飯おにぎり	ごはん、糸混、砂糖	ひじき、さつま揚げ、のり	にんじん					●			【卵】→ゆかりおにぎり	328 kcal	10.5 g	3.0 g	
	いりこ菜飯おにぎり	ごはん、ごま	しらす、のり	青菜												
	野菜コロッケ	じゃがいも、小麦粉、砂糖、マーガリン、パン粉、調理油		にんじん、たまねぎ、とうもろこし、グリンピース			●			●		【小麦、乳】→とりてりデミグラスソース和え				
	ミニ笹かま焼き	小麦粉	魚肉すり身、卵白				●		●			【小麦・卵】→ぜんまい煮				
19日（木）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									466 kcal	13.2 g	14.9 g	
	鶏肉と野菜炒め	調理油	鶏肉	キャベツ、にんじん、ピーマン												
	ポテトサラダ	じゃがいも、マヨネーズ	ハム	にんじん、玉ねぎ、きゅうり					●			【卵】→ハム除去、ノンオイルドレッシング				
	筑前煮	こんにゃく	鶏肉	れんこん、ごぼう、にんじん、たけのこ、里芋、しいたけ												
	ソーセージのソテー		魚肉				●					【小麦】→ミニトマト				
	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物												

20日（金）	肉団子の中華あんかけ	パン粉、調理油、砂糖	豚肉、卵、乳	にんじん、しいたけ、たけのこ			●		●	●		【小麦・卵・乳】→鮭の照り焼き	455 kcal	17.4 g	10.8 g	
	もやしとハムの和え物		ハム	もやし、きゅうり、にんじん					●			【卵】→もやしの和え物				
	えびしゅうまい	小麦粉、調理油			●		●		●			【小麦・えび・卵】→きんぴらごぼう				
	人参のグラッセ	砂糖		にんじん												
21日																
22日																
23日（月）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									456 kcal	12.3 g	14.1 g	
	鶏中華炒め	調理油	鶏肉	キャベツ、にんじん、ピーマン、玉ねぎ												
	小松菜とシラスの和え物		しらす	小松菜、にんじん												
	春雨サラダ	春雨、ごまドレッシング	ハム	玉ねぎ、きゅうり、にんじん					●			【卵】ごまドレッシング→ノンオイルドレッシング、ハム除去				
	ミニトマト			ミニトマト												
24日（火）	バターロール、デザート	薄力粉、砂糖		果物			●					【小麦】→アレルギー対応パン	415 kcal	12.8 g	16.1 g	
	チーズチキンカツ	小麦粉、調理油	鶏肉、卵、チーズ				●		●	●		【小麦・卵・乳】→チキンソテー				
	大根ゆかり和え			ゆかり、だいこん												
25日（水）	焼肉おにぎり	ごはん、調理油	豚肉、のり										360 kcal	10.6 g	9.0 g	
	わかめおにぎり(おかか入り)	ごはん	かつおぶし、わかめ													
	ウインナー		豚肉、卵						●			【卵】→切干大根煮				
	厚焼玉子	調理油、砂糖	卵									【卵】→焼魚				
26日（木）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									407 kcal	12.2 g	5.6 g	
	さつま揚げ焼き	調理油、小麦、砂糖	魚肉、卵白		●	●	●		●			【えび、かに、小麦、卵】→焼豚				
	ぜんまい煮	しらたき		ぜんまい、れんこん、しいたけ、にんじん												
	キャベツの塩昆布和え		塩昆布	きゃべつ,にんじん												
	アスパラベーコン炒め	調理油	ベーコン	アスパラ												
27日（金）	ごはん、デザート	ごはん、砂糖		果物									478 kcal	18.2 g	12.6 g	
	ちくわの磯部揚げ	調理油、小麦粉	ちくわ	あおさ			●		●			【小麦・卵】→鶏の照り焼き				
	野菜炒め	調理油		キャベツ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン												
	もやしとかにかまの和え物		かにかま	もやし、にんじん、きゅうり					●			【卵】→もやしの和え物				
	肉団子	パン粉、調理油、砂糖	豚肉、卵、乳				●		●	●		【小麦・卵・乳】→茹でブロッコリー				
28日																
29日	昭和の日															
30日	振り替え休日															