

8月 給食献立表 (アレルギー:卵)

令和8年									以上児	
日	曜	朝おやつ	昼	夕おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	栄養量	卵	
1	土	雪の宿	●チャーハン【卵】 中華スープ	ドーナツ	焼き豚 ●【卵】卵	雪の宿・米・油・砂糖 ドーナツ	玉葱・白ねぎ・人参・筍・ほうれん草	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	517 1.7	●
3	月	牛乳	ごはん 魚のしょうゆ漬け 納豆和え 豚汁 黄桃缶	●パウンドケーキ【卵】 麦茶	牛乳・さわる・納豆・かつお節・豚肉 豆腐・味噌 ●【卵】卵	米・砂糖・油・ホットケーキミックス・バター	もやし・ほうれん草・人参・きゅうり・大根 ごぼう・白ねぎ・黄桃缶	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	592 1.5	●
4	火	牛乳	ごはん 豚肉のべつ甲煮 ●シルバーサラダ【卵】 なすのみそ汁 りんご	あんバターサンド 麦茶	牛乳・豚肉・味噌・あんこ	米・砂糖・油・はるさめ・食パン・バター ●【卵】マヨネーズ	大根・人参・しめじ・しいたけ・キャベツ きゅうり・なす ほうれん草・たまねぎ・りんご	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	666 1.4	●
5	水	牛乳	ジャージャーうどん ●切干大根と胡瓜の中華和え【卵】 ほうれん草のスープ パナナ	揚げ玉おにぎり 麦茶	牛乳・豚肉・味噌・豆腐 ●【卵】ハム	うどん・油・砂糖・片栗粉・ごま油・米 天かす	なす・たまねぎ・白ねぎ ほうれん草・バナナ 切干大根・もやし・きゅうり・人参	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	536 1.7	●
6	木	牛乳	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き ドレッシングサラダ コンソメスープ オレンジ	いちごババロア 麦茶	牛乳・鶏肉・ツナ	米・マーメレードジャム・砂糖 ﾊﾞﾊﾞﾛｱ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ｶﾘﾌﾜｰ・人参・もやし・わかめ オレンジ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	521 1.2	
7	金	牛乳	ご飯 マーボー豆腐 もやしのナムル ●かき玉スープ【卵】 パイン缶	サッポロポテト 麦茶	牛乳・豆腐・豚肉・味噌・鶏ささみ ●【卵】卵	米・砂糖・片栗粉・ごま・ごま油 ｶｯｶﾞﾓﾂﾄ	玉ねぎ・白ねぎ・しいたけ・もやし ほうれん草・人参・小松菜 ﾊﾞｲﾀﾞﾌﾞﾙ缶詰	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	525 1.6	●
8	土	ソフトサラダ	●ナポリタン【卵】 コンソメスープ	●カスタードケーキ【卵】	●【卵】ハム ●【卵】ベーコン	ﾘﾂﾂﾀﾞ せんべい・ナポリタン 油・砂糖 ●【卵】ｶｽﾀｰﾄﾞｹｰｷ	玉葱・緑ピーマン・わかめ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	527 1.5	●
10	月	牛乳	ごはん 鯖の照り焼き ひじきサラダ 豆腐の味噌汁 りんご缶	チーズ芋もち 麦茶	牛乳・さば 竹輪・豆腐・刻み揚げ・味噌・チーズ	米・砂糖・油・ごま・じゃがいも・片栗粉	ひじき・もやし・きゅうり・人参・ほうれん草 白ねぎ・りんご缶	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	548 1.6	
12	水	牛乳	ミートソーススパゲティ ●かぼちゃサラダ【卵】 コンソメスープ パナナ	わかめおにぎり 麦茶	牛乳・豚肉 ●【卵】ハム	スパゲティ・砂糖・米 ●【卵】マヨネーズ	たまねぎ・人参・しめじ ﾄﾏﾄ・南瓜・きゅうり・もやし・ほうれん草 バナナ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	554 1.5	●
13	木	牛乳	ごはん ●メンチカツ【卵】 わかめサラダ 小松菜の味噌汁 オレンジ	ジャムサンド 麦茶	牛乳・竹輪・刻み揚げ・味噌	米・油・ごま・砂糖・食パン・いちごジャム	わかめ・もやし・きゅうり・人参・小松菜 たまねぎ・オレンジ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	509 1.9	●
14	金	牛乳	豚丼 ●ポテトサラダ【卵】 すまし汁 パイン缶	ムース 麦茶	牛乳・豚肉・豆腐 ●【卵】ハム	米・砂糖・じゃがいも・ﾃﾞｻﾞｰﾄﾞｰﾑｽ ●【卵】マヨネーズ	玉葱・ごぼう・人参・いんげん・きゅうり 白ねぎ・わかめ・パイン缶	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	602 1.8	●
15	土	ぼたぼた焼	●チキンライス【卵】 コンソメスープ	●クリームコロン【卵】	鶏肉・エダムチーズ ●【卵】卵	ぼたぼた焼・米・ラード・砂糖・油 ●【卵】ｸﾘｰﾑｺﾛﾝ	玉葱・人参・ｸﾞﾘﾝﾍﾞｰｽ・ほうれん草	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	459 1.6	●
17	月	牛乳	ごはん 白身魚フライ 豆腐の五目煮 大根の味噌汁 黄桃缶	プリン 麦茶	牛乳・たら 豚肉・豆腐・味噌	米・小麦粉・油・砂糖・ごま油・片栗粉 ﾌﾘﾝMixU	白菜・たまねぎ・人参 しいたけ・大根・白ねぎ・わかめ・黄桃缶	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	486 1.5	
18	火	牛乳	ごはん 豚肉と野菜の炒め物 ●ジャーマンポテト【卵】 すまし汁 キウイフルーツ	シュガートースト 麦茶	牛乳・豚肉 ●【卵】ベーコン	米・砂糖・ごま油・じゃがいも・食パン バター	もやし・キャベツ・玉葱・チンゲン菜・人参 しいたけ・たまねぎ・ほうれん草・白ねぎ キウイフルーツ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	572 1.5	●
19	水	牛乳	冷やしきつねうどん 磯辺天 蒸し鶏とキャベツの和え物 パナナ	塩昆布おにぎり 麦茶	牛乳・きつね揚げ・刻み揚げ 竹輪・鶏ささみ	うどん・天ぷら粉・油・ごま・砂糖 ごま油・米	ほうれん草・人参・しいたけ・キャベツ もやし・きゅうり・バナナ・塩昆布	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	458 1.9	
20	木	牛乳	ごはん 変わりローストチキン ツナサラダ 豆腐の味噌汁 グレープフルーツ	●ミルク蒸しパン【卵】 麦茶	牛乳・鶏肉・ツナ・豆腐・刻み揚げ・味噌 ●【卵】卵	米・油・ごま・砂糖・ホットケーキミックス	三色ピーマン・ほうれん草・もやし・人参 たまねぎ・わかめ・グレープフルーツ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	566 1.8	●
21	金	牛乳	わかめごはん 鶏のから揚げ ●納豆サラダ【卵】 コーンスープ フルーツ缶	マッシュマロサンド 麦茶	牛乳・鶏肉・納豆	米・砂糖・片栗粉・油・マッシュマロ ｸﾗｯｶｰ ●【卵】マヨネーズ	もやし・ほうれん草・人参 たまねぎ フルーツカクテル・みかん	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	573 1.5	●
22	土	ばかうけ	焼きそば 中華スープ	●カステラドーナツ【卵】	豚肉	ばかうけ・焼きそば・油 ●【卵】カステラドーナツ	キャベツ・人参・もやし・青粉・玉葱 ほうれん草	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	481 1.6	●
24	月	牛乳	ごはん タラのきのこあんかけ キャベツの塩昆布和え じゃがいもの味噌汁 パイン缶	お麩スナック 麦茶	牛乳・たら 味噌	米・片栗粉・油・ごま油・じゃがいも・麩 バター・砂糖	たまねぎ・しいたけ・えのきたけ・まいたけ キャベツ・もやし・きゅうり・人参・塩昆布 小松菜・白ねぎ・ﾊﾞｲﾀﾞﾌﾞﾙ缶詰	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	492 1.2	
25	火	牛乳	ごはん 豆腐和風ハンバーグ ツナとブロッコリーのサラダ お麩のすまし汁 パナナ	焼ポテト(コンソメ) 麦茶	牛乳・ツナ	米・砂糖・麩・フライドポテト・油	大根・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・キャベツ・人参 たまねぎ・白ねぎ・バナナ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	552 1.7	
26	水	牛乳	●ドライカレーサンド【卵】 ●シーザーサラダ風【卵】 コンソメスープ ぶどうゼリー	●ケーキ【卵】 カルピス	牛乳・豚肉・チーズ・ｷｯﾌﾟ ●【卵】ベーコン	砂糖・じゃがいも・ｶｯﾎﾟｰﾚｰの素 ●【卵】ロールパン ●【卵】マヨネーズ ●【卵】ケーキ	玉ねぎ・人参・三色ピーマン・キャベツ きゅうり・もやし・わかめ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	572 1.6	●
27	木	牛乳	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き きんぴらごぼう すまし汁 オレンジ	手作りクッキー 麦茶	牛乳・鶏肉・味噌・豚肉	米・砂糖・ごま・油・小麦粉・バター	ごぼう・人参・玉葱・ほうれん草・白ねぎ オレンジ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	576 1.4	
28	金	牛乳	ピビンバ丼 春雨サラダ 中華スープ フルーツ缶	みかんゼリー 麦茶	牛乳・豚肉・味噌・鶏ささみ・豆腐	米・砂糖・ごま油・はるさめ ｶｯﾎﾟｰﾚｰの素	もやし・ほうれん草・人参・きゅうり・玉葱 わかめ・フルーツカクテル・みかん	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	564 1.6	
29	土	ぼたぼた焼	豚南蛮うどん フルーツ缶	●チョコスクッキー【卵】	豚肉	ぼたぼた焼・うどん ●【卵】ﾁｮｺｽｸｰｷｰ	たまねぎ・ほうれん草・人参・しいたけ 白ねぎ・黄桃缶・みかん缶詰	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	392 1.3	●
31	月	牛乳	ごはん カレイの和風ステーキ ひじき炒め煮 けんちん汁 りんご缶	●コーントースト【卵】 麦茶	牛乳・カレイ 刻み揚げ・豆腐・油揚げ	米・砂糖・油・さといも・ごま油・食パン ●【卵】マヨネーズ	玉ねぎ・ひじき・しいたけ・人参 いんげん・ごぼう・白ねぎ・大根・りんご缶 ｽｲｰﾄｺｰﾝ	134kcal-(kcal) 食塩相当量(g)	502 1.8	●

(【卵】:74kcal・食品 ●:特定原材料)

☆今月の平均給与栄養量☆								
エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
534 kcal	20.9 g	18.5 g	174 mg	2.5 mg	187 μg	0.36 mg	0.38 mg	29 mg

卵アレルギー食(以上児)献立 8月

つくばさくら保育園

日付		品名	乳または乳を原材料に使用するもの	変更後
8月3日	給食	該当なし		
8月3日	夕おやつ	パウンドケーキ	卵	除去
8月4日	給食	シルバーサラダ	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
8月4日	夕おやつ	該当なし		
8月5日	給食	切干大根と胡瓜の中華和え	ハム	卵不使用のハム
8月5日	夕おやつ	該当なし		
8月6日	給食	該当なし		
8月6日	夕おやつ	該当なし		
8月7日	給食	かき玉スープ	卵	除去
8月7日	夕おやつ	該当なし		
8月10日	給食	該当なし		
8月10日	夕おやつ	該当なし		
8月12日	給食	かぼちゃサラダ	ハム	卵不使用のハム
8月12日	給食	かぼちゃサラダ	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
8月12日	夕おやつ	該当なし		
8月13日	給食	メンチカツ	卵	卵不使用のハンバーグ
8月13日	夕おやつ	該当なし		
8月14日	給食	ポテトサラダ	ハム	卵不使用のハム
8月14日	給食	ポテトサラダ	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
8月14日	夕おやつ	該当なし		
8月17日	給食	該当なし		
8月17日	夕おやつ	該当なし		
8月18日	給食	ジャーマンポテト	ベーコン	卵不使用のベーコン
8月18日	夕おやつ	該当なし		
8月19日	給食	該当なし		
8月19日	夕おやつ	該当なし		
8月20日	給食	該当なし		
8月20日	夕おやつ	ミルク蒸しパン	卵	除去
8月21日	給食	納豆サラダ	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
8月21日	夕おやつ	該当なし		
8月24日	給食	該当なし		
8月24日	夕おやつ	該当なし		
8月25日	給食	該当なし		
8月25日	夕おやつ	該当なし		
8月26日	給食	ドライカレーサンド	ロールパン	食パン
8月26日	給食	シーザーサラダ風	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
8月26日	給食	シーザーサラダ風	ベーコン	卵不使用のベーコン
8月26日	夕おやつ	ケーキ	卵	手作りケーキ
8月27日	給食	該当なし		
8月27日	夕おやつ	該当なし		
8月28日	給食	該当なし		
8月28日	夕おやつ	該当なし		
8月31日	給食	該当なし		
8月31日	夕おやつ	コーントースト	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ