

4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	水	牛乳	ジャージャーうどん 中華和え わかめスープ バナナ	おかかおにぎり 麦茶	牛乳・豚肉・味噌・とりささみ・豆腐 糸かつお節	うどん・油・砂糖・片栗粉・ごま・米	玉葱・なす・もやし ほうれん草・人参・白ねぎ・わかめ バナナ	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	514 1.4
2	木	牛乳	ごはん ポークチャップ ひじきとツナのサラダ コンソメスープ りんご	お好み焼き風ポテト 麦茶	牛乳・豚肉・ツナ・かつお節	米・砂糖・ごま・じゃがいも・片栗粉	玉葱・ひじき・もやし・きゅうり・人参 キャベツ・小松菜・りんご・玉ねぎ 白ねぎ・青粉	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	586 1.7
3	金	牛乳	ごはん 鶏の松風焼き ●胡麻ネーズ和え【卵】 じゃがいもの味噌汁 黄桃缶	マリービスケット 麦茶	牛乳・鶏肉・味噌 ●【卵】ハム	米・砂糖・油・ごま・じゃがいも ワレビソフト ●【卵】マヨネーズ	玉葱・人参・アヲコリ スイートコーン・小松菜・白ねぎ・黄桃缶	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	550 1.5 ●
4	土	ばかうけ	●チャーハン【卵】 中華スープ	●パウムクーヘン【卵】	焼き豚 ●【卵】卵	ばかうけ・米・油・砂糖 ●【卵】パウムクーヘン	玉葱・白ねぎ・人参・ほうれん草	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	474 1.4 ●
6	月	牛乳	ごはん 魚の竜田揚げ 納豆和え 豚汁 パイン缶	マシュマロサンド 麦茶	牛乳・さわら・納豆・かつお節・豚肉 豆腐・味噌	米・片栗粉・油・マシュマロ・クラッカー	もやし・ほうれん草・人参・きゅうり・大根 ごぼう・白ねぎ・パイン缶缶詰	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	541 1.3
7	火	牛乳	ごはん 鶏肉のおろし煮 切り干し大根の旨煮 お麩のすまし汁 りんご	手作りクッキー 麦茶	牛乳・鶏肉・刻み揚げ	米・砂糖・麩・小麦粉・バター・ごま	大根・切干しだいこん・人参・しいたけ 玉葱・わかめ・りんご	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	568 1.5
8	水	牛乳	焼きそば 焼売 ●かき玉スープ【卵】 バナナ	青菜おにぎり 麦茶	牛乳・豚肉・焼売 ●【卵】卵	中華麺・油・片栗粉・米・ごま	キャベツ・玉葱・もやし・人参・青粉 ほうれん草・白ねぎ・バナナ	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	577 1.8 ●
9	木	牛乳	ごはん 変わりローストチキン ●ツナとブロッコリーのサラダ【卵】 コンソメスープ オレンジ	ジャムサンド 麦茶	牛乳・鶏肉・ツナ	米・油・食パン・いちごジャム ●【卵】マヨネーズ	玉葱・アヲコリ・人参・スイートコーン もやし・キャベツ・わかめ オレンジ	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	532 1.6 ●
10	金	牛乳	ごはん ●メンチカツ【卵】 シラスとキャベツの和え物 小松菜のみそ汁 フルーツ缶	カラフルゼリー 麦茶	牛乳・しらす・味噌	米・油・ごま・砂糖・ごま油 カゴゼリーの素	キャベツ・もやし・きゅうり・人参・小松菜 白ねぎ・フルーツカクテル・みかん缶詰	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	544 1.7 ●
11	土	ソフトサラダ	豚南蛮うどん フルーツ缶	●チョコスクッキー【卵】	豚肉	ワタリガ せんべい・うどん ●【卵】チョコスクッキー	玉葱・人参・しいたけ・ほうれん草 白ねぎ・フルーツカクテル・みかん缶詰	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	369 1.3 ●
13	月	牛乳	ごはん タラの野菜あんかけ きんぴらごぼう じゃがいもの味噌汁 黄桃缶	●バナナパウンドケーキ【卵】 麦茶	牛乳・たら・豚肉・刻み揚げ・味噌 ●【卵】卵	米・片栗粉・油・砂糖・ごま油・じゃがいも ホットケーキミックス	もやし・玉葱・人参・ごぼう・白ねぎ 黄桃缶・バナナ	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	591 1.7 ●
14	火	牛乳	ごはん マーボーなす 蒸し鶏ともやしのサラダ 中華スープ オレンジ	お麩スナック 麦茶	牛乳・豚肉・味噌・とりささみ	米・砂糖・片栗粉・ごま油・麩・バター	なす・玉葱 白ねぎ・しいたけ・もやし・ほうれん草 人参・オレンジ	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	571 1.4
15	水	牛乳	●かきたまうどん【卵】 とり天 ●ツナサラダ【卵】 バナナ	鮭おにぎり 麦茶	牛乳・鶏肉・ツナ・鮭フレーク ●【卵】卵	うどん・片栗粉・米・ごま ●【卵】マヨネーズ	玉葱・白ねぎ・しいたけ・キャベツ カブ・人参・スイートコーン・バナナ	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	604 1.7 ●
16	木	牛乳	ごはん 豆腐ハンバーグ ひじき炒め煮 お麩のすまし汁 りんご	●コーントースト【卵】 麦茶	牛乳・刻み揚げ	米・砂糖・片栗粉・油・麩・食パン ●【卵】マヨネーズ	しいたけ・まいたけ・しめじ・ひじき・人参 いんげん・玉葱・わかめ・りんご スイートコーン	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	513 1.8 ●
17	金	牛乳	わかめご飯 豚肉と野菜の炒め物 春雨サラダ 小松菜のすまし汁 フルーツ缶	●メープルクリームワッフル【卵】 麦茶	牛乳・豚肉・かまぼこ	米・砂糖・ごま油・はるさめ ●【卵】メープルクリームワッフル	もやし・キャベツ・玉葱・人参・しいたけ 三色ピーマン・きゅうり・小松菜・白ねぎ フルーツカクテル・みかん缶詰	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	551 1.6 ●
18	土	ぼたぼた焼	●チキンライス【卵】 コンソメスープ	ドーナツ	鶏肉・エダムチーズ ●【卵】卵	ぼたぼた焼・米・ラード・砂糖・油 ●【卵】ドーナツ	玉葱・人参・グリルピズ・ほうれん草	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	493 1.7 ●
20	月	牛乳	ごはん 鯖の味噌煮 ●納豆サラダ【卵】 根菜汁 黄桃缶	マシュマロフレーク 麦茶	牛乳・さば・味噌・納豆 油揚げ	米・砂糖・さといも・マシュマロ コーンフレーク・バター ●【卵】マヨネーズ	ほうれん草・もやし・人参・きゅうり・ごぼう 大根・白ねぎ・黄桃缶	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	607 1.7 ●
21	火	牛乳	ごはん 鶏肉のトマト煮 ●ジャーマンポテト【卵】 チンゲン菜のスープ オレンジ	ムース 麦茶	牛乳・鶏肉 ●【卵】ベーコン	米・砂糖・じゃがいも・デザートムース	玉葱・トマト・チンゲン菜 もやし・人参・オレンジ	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	528 1.4 ●
22	水	牛乳	ごはん 豚肉の生姜炒め キャベツの塩昆布和え 豆腐のすまし汁 バナナ	青のりポテト 麦茶	牛乳・豚肉・豆腐	米・片栗粉・ごま油・ポテト・油	玉葱・キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布 白ねぎ・わかめ・バナナ・青粉	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	546 1.6
23	木	牛乳	●卵サンド【卵】 鶏肉のバーベキューソース焼き コンソメスープ ぶどうゼリー	●ケーキ【卵】 りんごジュース	牛乳・鶏肉・ネイプ ●【卵】卵	砂糖・油・じゃがいも・カゴゼリーの素 ●【卵】ロールパン ●【卵】マヨネーズ ●【卵】ケーキ	玉葱 三色ピーマン・ほうれん草・キャベツ りんご飲料	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	635 1.9 ●
24	金	牛乳	カレーライス ●シルバーサラダ【卵】 ほうれん草のスープ パイン缶	ポテコ 麦茶	牛乳・豚肉 ●【卵】ハム	米・じゃがいも・油・はるさめ・ポテコ ●【卵】マヨネーズ	玉葱・人参・キャベツ・きゅうり ほうれん草・もやし・白ねぎ パイン缶缶詰	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	589 1.7 ●
25	土	雪の宿	焼きそば 中華スープ	●カスタードケーキ【卵】	豚肉	雪の宿・焼きそば・油 ●【卵】カスタードケーキ	もやし・キャベツ・人参・青粉・玉葱 ほうれん草	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	495 1.5 ●
27	月	牛乳	ごはん 白身魚フライ 肉じゃが 大根の味噌汁 りんご缶	プリン 麦茶	牛乳・たら・豚肉・刻み揚げ・味噌	米・小麦粉・油・じゃがいも・砂糖 プリンMixU	玉葱・人参・グリルピズ・大根・ほうれん草 白ねぎ・りんご缶	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	510 1.4
28	火	牛乳	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 豆腐の五目煮 すまし汁 バナナ	●フレンチトースト【卵】 麦茶	牛乳・鶏肉・味噌・豚肉・豆腐 ●【卵】卵	米・砂糖・ごま・ごま油・片栗粉・麩 食パン	白菜・人参・しいたけ・玉葱・わかめ バナナ	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	559 1.7 ●
30	木	牛乳	ミートスパゲティ ●かぼちゃサラダ【卵】 コンソメスープ オレンジ	塩昆布おにぎり 麦茶	牛乳・豚肉・チーズ ●【卵】ハム	スパゲティ・油・砂糖・米 ●【卵】マヨネーズ	玉葱・人参・しめじ トマト・南瓜・きゅうり・わかめ・もやし オレンジ・塩昆布	1344-(kcal) 食塩相当量(g)	509 1.9 ●

(【卵】:744* 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
542 kcal	21.1 g	19.1 g	168 mg	2.4 mg	184 μg	0.35 mg	0.38 mg	30 mg

卵アレルギー食(未満児) 献立 4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
4月1日	給食	該当なし		
4月1日	夕おやつ	該当なし		
4月2日	給食	該当なし		
4月2日	夕おやつ	該当なし		
4月3日	給食	胡麻ネーズ和え	ハム	卵不使用のハム
4月3日	給食	胡麻ネーズ和え	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
4月3日	夕おやつ	該当なし		
4月6日	給食	該当なし		
4月6日	夕おやつ	該当なし		
4月7日	給食	該当なし		
4月7日	夕おやつ	該当なし		
4月8日	給食	かき玉スープ	卵	除去
4月8日	夕おやつ	該当なし		
4月9日	給食	ツナとブロッコリーのサラダ	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
4月9日	夕おやつ	該当なし		
4月10日	給食	メンチカツ	卵	卵不使用のコロッケ
4月10日	夕おやつ	該当なし		
4月13日	給食			
4月13日	夕おやつ	バナナパウンドケーキ	卵	除去
4月14日	給食	該当なし		
4月14日	夕おやつ	該当なし		
4月15日	給食	かきたまうどん	卵	除去
4月15日	給食	ツナサラダ	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
4月15日	夕おやつ	該当なし		
4月16日	給食	該当なし		
4月16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
4月17日	給食	該当なし		
4月17日	夕おやつ	メープルクリームワッフル	卵	マンナビスケット
4月20日	給食	納豆サラダ	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
4月20日	夕おやつ	該当なし		
4月21日	給食	ジャーマンポテト	ベーコン	卵不使用のベーコン
4月21日	夕おやつ	該当なし		
4月22日	給食	該当なし		
4月22日	夕おやつ	該当なし		
4月23日	給食	卵サンド	ロールパン	食パン
4月23日	給食	卵サンド	卵除去	ツナに変更
4月23日	給食	卵サンド	マヨネーズ	卵不使用のマヨネーズ
4月23日	夕おやつ	ケーキ	卵	手作りケーキ
4月24日	給食	シルバーサラダ	ハム	卵不使用のハム
4月24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
4月24日	夕おやつ	該当なし		
4月27日	給食	該当なし		
4月27日	夕おやつ	該当なし		
4月28日	給食	該当なし		
4月28日	夕おやつ	フレンチトースト	卵	除去
4月30日	給食	かぼちゃサラダ	ハム	卵不使用のハム
4月30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
4月30日	夕おやつ	該当なし		