

2024 年 11 月 みはら園献立表(食物アレルギー用)

普通食：生卵、ごま(ご)、シソ(シ)の食物アレルギーの対応を致します。

原因物質を除去するは場合「除く」、代替品を使用する場合は「代替」と記載しています。

日 ／ 曜	普通食	やわらか食	おやつ	栄養価
1 ／ 金	焼きそば 棒棒鶏(ご：別) じゃがいもスープ ゼリー	あんかけうどん 棒棒鶏 じゃがいもスープ ゼリー	カルシン お菓子	エネルギー 422 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 10.3 g 食塩相当 2.5 g
5 ／ 火	ごはん とんかつ 盛：コーンサラダ 味噌汁(キャベツ、卵) ヨーグルト(ソフール)	かゆ メンチカツ風煮 コーンサラダ 味噌汁(キャベツ、卵) ヨーグルト(ソフール)	牛乳 クレープ	エネルギー 514 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 17.6 g 食塩相当 1.3 g
6 ／ 水	カレーライス 盛：コールスローサラダ ゼリー	カレーライス コールスローサラダ ゼリー	牛乳 お菓子	エネルギー 514 kcal たんぱく質 14.8 g 脂 質 17.2 g 食塩相当 1.9 g
7 ／ 木	ごはん 移：麻婆豆腐 移：ブロッコリーおかかあえ 中華風野菜スープ お米のムース	かゆ 麻婆豆腐 ブロッコリー和え物 中華風野菜スープ お米のムース	牛乳 蒸しパン	エネルギー 517 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 17.1 g 食塩相当 1.8 g
8 ／ 金	ごはん 野菜の肉巻き ほうれん草のしらすかけ 味噌汁(豆腐、玉葱) 果物(みかん)	かゆ 肉団子と野菜の柔らか煮 ほうれん草のしらすかけ 味噌汁(豆腐、玉葱) みかん缶	りんごジュース お菓子	エネルギー 421 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 8.2 g 食塩相当 2.1 g
11 ／ 月	かけうどん 移：鶏肉の天ぷら れんこんの炒め煮 ココアムース	かけうどん 鶏団子の揚げ煮 きんぴら ココアムース	牛乳 お菓子	エネルギー 565 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 26.1 g 食塩相当 2.2 g
12 ／ 火	ごはん 酢豚 ほうれん草の磯和え 味噌汁(じゃが芋、玉葱) 果物(りんご)	かゆ 酢豚風煮 ほうれん草の和え物 味噌汁(じゃが芋、玉葱) りんごのコンポート	野菜&フルーツジュース どうぶつビスケット	エネルギー 492 kcal たんぱく質 15.9 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.1 g
13 ／ 水	サンドイッチ(ハム・卵・ジャム) 盛：ツナサラダ コーンスープ ゼリー	フレンチトースト 鶏団子の甘辛煮 ツナサラダ コーンスープ ゼリー	まめびよ お菓子	エネルギー 653 kcal たんぱく質 25.4 g 脂 質 32.1 g 食塩相当 3.5 g
14 ／ 木	ごはん 春巻き 盛：ささみサラダ 青菜とかまぼこスープ フルーツポンチ	かゆ 春巻き風煮 ささみサラダ 青菜とふのスープ フルーツポンチ	牛乳 たまごボーロ	エネルギー 526 kcal たんぱく質 17.0 g 脂 質 16.1 g 食塩相当 3.3 g
15 ／ 金	ごはん 移：マグロの竜田揚げ 盛：春雨サラダ 味噌汁(人参、ふ) バナナ	かゆ マグロの竜田揚げ 大根サラダ 味噌汁(人参、ふ) バナナ	牛乳 お菓子	エネルギー 507 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 16.3 g 食塩相当 1.4 g
18 ／ 月	チャーハン 移：餃子 中華風野菜スープ ゼリー	おじや 餃子 中華風野菜スープ ゼリー	アシドミルク お菓子	エネルギー 528 kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 18.1 g 食塩相当 1.5 g

2024 年 11 月 みはら園献立表(食物アレルギー用)

普通食：生卵、ごま(ご)、シソ(シ)の食物アレルギーの対応を致します。

原因物質を除去するは場合「除く」、代替品を使用する場合は「代替」と記載しています。

日 ／ 曜	普通食	やわらか食	おやつ	栄養価
19 ／ 火	ごはん 移：鮭の塩焼き 筑前煮 味噌汁(玉ねぎ、卵) コア	かゆ 鮭の塩焼き 筑前煮 味噌汁(玉ねぎ、卵) コア	牛乳 マドレーヌ	エネルギー 546 kcal たんぱく質 25.5 g 脂 質 20.0 g 食塩相当 1.7 g
20 ／ 水	ごはん 移：煮込みハンバーグ 盛：ハムサラダ 味噌汁(青梗菜、ふ) バナナ	かゆ 煮込みハンバーグ 野菜サラダ 味噌汁(青梗菜、ふ) バナナ	ぶどうジュース お菓子	エネルギー 513 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 15.5 g 食塩相当 2.8 g
21 ／ 木	ごはん 鶏の照り焼き 盛：ミモザサラダ 味噌汁(かぶ、豆腐) フルーツヨーグルト	かゆ 鶏団子の照り焼き風煮 ミモザサラダ 味噌汁(かぶ、豆腐) フルーツヨーグルト	牛乳 ソフトCaせんべい	エネルギー 515 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 17.0 g 食塩相当 2.1 g
22 ／ 金	ごはん 移：あぶらかれのムニエル 盛：親子サラダ 味噌汁(キャベツ、ふ) ゼリー	かゆ あぶらかれのムニエル 親子サラダ 味噌汁(キャベツ、ふ) ゼリー	牛乳 お菓子	エネルギー 512 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 15.9 g 食塩相当 2.0 g
26 ／ 火	二色ごはん 野菜炒め 味噌汁(ほうれん草、ふ) ダノン	二色かゆ 野菜炒め 味噌汁(ほうれん草、ふ) ダノン	牛乳 カステラ	エネルギー 543 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 17.7 g 食塩相当 2.2 g
27 ／ 水	ごはん 鶏肉のから揚げ ほうれん草の納豆かけ 味噌汁(えのき、豆腐) 手作りゼリー	かゆ 鶏団子の唐揚げ風煮 ほうれん草の納豆かけ 味噌汁(人参、豆腐) 手作りゼリー	りんごジュース お菓子	エネルギー 534 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 19.2 g 食塩相当 1.9 g
28 ／ 木	スパゲティ(移)ミートソース 盛：スティックサラダ オニオンスープ ヨーグルト(ブルガリア)	スパゲティミートソース スティックサラダ オニオンスープ ヨーグルト(ブルガリア)	牛乳 ビスコ	エネルギー 566 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 22.4 g 食塩相当 2.9 g
29 ／ 金	ごはん 移：たちうおのカレー揚げ 移・盛：ポテトサラダ 味噌汁(大根、油揚げ) プリン	かゆ 魚のカレー揚げ ポテトサラダ 味噌汁(大根、豆腐) プリン	ヤクルト お菓子	エネルギー 585 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 26.3 g 食塩相当 2.1 g

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	塩分 (g)
基準値	530	20.0	16.0	240	1.8
摂取量	534	20.8	18.7	264	2.4

ノロウイルスにご用心！！

ノロウイルスは、殆どが感染した人を介した二次汚染で集団感染します！下記4原則でのノロウイルスをやっつけよう！！



資料：中部衛生検査センターより提供