

4月分のアレルギー対応給食について、お知らせいたします。今月は、アレルギー対応給食の提供が、【 あります ・ ありません 】
 提供する日の献立名と食品名は、○印でチェックしてあります。ご確認の上、ご不明な点等ございましたら、栄養士の古田までお知らせください。
 ご確認いただけたら、用紙下の切り取り線以下を栄養士の古田までお戻しください。 **提出期限:4月8日(月)**



4月のアレルギー対応給食献立表



平成 25 年

杉並区立杉並第四小学校

日	曜日	こ ん だ て め い	あかの食品			きいろの食品		みどりの食品		栄 養 価	
			牛乳	血や肉になる	働く力や体温になる	体の調子を整える	栄 養 価	(中学年)			
9	火	なのはなごはん さわらのこみやき ごしぎに きりぼしときゅうりのごますあえ いちごミルクゼリー	○	たまご さわら 焼ちくわ セラチン牛乳 粉寒天 調理用牛乳 生クリーム	米 米粒麦 強化米 さとう こんにゃく 油 白すりごま ごま油 白炒りごま	なばな こまつな にんじん さやいんげん しょうが ながねぎ にんにく ごぼう ゆでたけのこ 切干大根 きゅうり いちご	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	706 Kcal 30 g 20.2 g 2.8 g			
#	水	マーボーライス チンゲンさいとしめじのスープ きよみオレンジ	○	豆腐 豚挽き肉 赤色辛みそ とり肉 たまご 牛乳	米 米粒麦 強化米 さとう でんぷん 油 ごま油	にんじん チンゲンサイ にんにく しょうが 乾しいたけ ながねぎ グリーンピース(冷) しめじ 清見オレンジ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	616 Kcal 26.7 g 19.8 g 3.6 g			
#	木	てづくりシナモンロールパン ポトフ ゆでやさいとフルーツのサラダ	○	たまご 豚肩肉 カナーゼー 牛乳	強力粉 小麦粉 さとう グラニュー糖 じゃがいも こんにゃく バター 油	にんじん こまつな レーズン セロリー たまねぎ キャベツ きゅうり みかん(缶)	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	654 Kcal 20.7 g 20.2 g 2.8 g			
#	金	むぎごはん さけのおろしたき しんじゃがいものそばろに もやしとこまつなのからししょうゆあえ	○	生鮭 豚挽き肉 牛乳	米 米粒麦 強化米 でんぷん 小麦粉 さとう こんにゃく じゃがいも 揚げ油 油	にんじん さやいんげん こまつな しょうが だいこん たまねぎ もやし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	696 Kcal 31.7 g 18.3 g 2 g			
#	月	パエリア しろいんげんまめのポターージュ いちご	○	とり肉 いか むきえび あさりむき煮 白いんげん豆 牛乳 調理用牛乳 生クリーム	米 米粒麦 強化米 でんぷん じゃがいも 食パン バター 油	にんじん ビーマントマト にんにく たまねぎ スライスマッシュルーム(水煮) いちご	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	710 Kcal 28.4 g 20.3 g 2.6 g			
#	火	カレーライス しらたまフルーツポンチ	○	豚肩肉 絹とうふ ピザ用チーズ 牛乳	米 米粒麦 強化米 じゃがいも 小麦粉 さとう 白玉粉 油 バター	にんじん ホールトマト(缶) にんにく しょうが セロリー たまねぎ フルーツチャツネ りんご みかん(缶) バイナップル(缶) もも(缶)	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	719 Kcal 19.5 g 18.3 g 1.8 g			
#	水	むぎごはん わふうハンバーグ じゃがいものきんぴら ゆかりきゅうり	○	豚挽き肉 とり挽き肉 豆腐 赤色辛みそ たまご 牛乳	米 米粒麦 強化米 生パン粉 さとう じゃがいも つきこんにゃく 揚げ油 油 白炒りごま	にんじん ゆかり ながねぎ だいこん にんにく レモン ごぼう きゅうり	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	683 Kcal 27 g 20.5 g 1.6 g			
#	木	にくうどん ポテトたこあげ かわちばんかん	○	豚肩肉 油揚げ あおのり かまぼこ ベーコン ゆでたこ たまご 牛乳	生うどん じゃがいも でんぷん 小麦粉 揚げ油	にんじん こまつな しめじ ながねぎ はくさい 紅しょうが 河内晩柑	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	569 Kcal 23.5 g 20.9 g 2.7 g			
#	金	たかなチャーハン やさいのナムル わかめスープ グレープゼリー	○	豚ばら肉 むきえび たまご とうふ セラチン 牛乳 乾燥わかめ 粉寒天	米 米粒麦 強化米 さとう 油 ごま油 白炒りごま	にんじん 高菜漬け こまつな たまねぎ しめじ ながねぎ たけのこ(缶) もやし グレープジュース	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	593 Kcal 23.3 g 20.3 g 3.7 g			
#	月	チキンライス はるキャベツとにくだんごのスープ フルーツのヨーグルトかけ	○	とり肉 豚挽き肉 たまご 牛乳 フレーンヨーグルト	米 米粒麦 強化米 でんぷん はるさめ バター 油 ごま油	にんじん トマト(缶) ストウガリ(冷) たけのこ(缶) たまねぎ しょうが キャベツ スライスマッシュルーム(水煮) こまつな ながねぎ みかん(缶) バイナップル(缶) もも(缶)	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	611 Kcal 21 g 16 g 3.3 g			
#	火	むぎごはん かみかみふりかけ だいすいりコロッケ やさいのみそしる デコボン	○	かつお節 大豆 豚挽き肉 たまご 赤色辛みそ 牛乳 ちりめんじゃこ 塩昆布	米 米粒麦 強化米 さとう じゃがいも マッシュポテト 小麦粉 パン粉 生パン粉 白炒りごま 油 揚げ油	にんじん こまつな もやし たまねぎ えのきたけ デコボン	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	678 Kcal 26.8 g 17.3 g 3.6 g			
#	水	ちゅうかなめし いかのまつかさやき ワタンスープ にゅうないどうふ	○	豚肩肉 いか なると 豚挽き肉 たまご 牛乳 粉寒天 調理用牛乳	米 米粒麦 強化米 さとう わんだんの皮 油 ごま油 白炒りごま	にんじん こまつな ニラ たけのこ(缶) しめじ たまねぎ もやし ながねぎ しょうが みかん(缶)	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	649 Kcal 25.8 g 15.7 g 3.5 g			
#	木	たけのこごはん とりにくのしょうがやき じゃがいものみそしる かぶのひとしお	○	とり肉 油揚げ とりもも肉 赤色辛みそ 牛乳	米 押し麦 強化米 さとう じゃがいも	さやえんどう こまつな かぶの葉 新たけのこ(ゆで) しょうが たまねぎ かぶ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	672 Kcal 29.3 g 18.5 g 2.4 g			
#	金	スパゲティミートソース サウピカンサラダ りんご	○	豚挽き肉 粉チーズ 牛乳	スパゲティ じゃがいも さとう オリブ油 揚げ油 ごま油	にんじん ホールトマト(缶) トマトピューレ にんにく しょうが セロリー たまねぎ キャベツ ホールコーン(冷) りんご	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	680 Kcal 25 g 20.1 g 2.5 g			
#	火	メキシカンライス ポテトのフリッター ひじきスープ	○	とり肉 たまご とうふ 牛乳 調理用牛乳 ひじき(乾)	米 米粒麦 強化米 じゃがいも 小麦粉 さとう でんぷん バター 油 揚げ油	にんじん ほうれんそう たまねぎ ホールコーン(冷) スライスマッシュルーム(水煮) グリーンピース (冷)	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	682 Kcal 22.8 g 18.5 g 3.2 g			

※ 都合により献立が変わることがあります。

き り と り せ ん

確認票 栄養士 古田 宛

平成25年4月分のアレルギー対応給食について、確認しました。 保護者氏名または印

通信欄