

アレルギー献立表

2022年12月

富士本保育園

日曜	時間帯	献立	乳	卵	小麦	種実類 豆類	大豆	豚肉	果物
01 15 木	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ さばのごま照り焼き ④ 小松菜と油揚げの煮浸し ⑤ みかん				③ごま→除去	④油揚げ→除去		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② お好み焼き	①牛乳→豆乳				①牛乳→豆乳→麦茶	②豚肉→除去	
02 16 金	昼食	① カレーライス ② 大根とツナのサラダ ③ 棒チーズ ④ パナナ	③チーズ→ウイナー					②豚肉→除去 ①豚肉→除去	
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② 鶏中華ラーメン			②焼きそばめん→米粉めん				
03 17 土	昼食	① ごはん ② えのきの味噌汁 ③ 鶏肉とブロッコリーの炒め煮 ④ 青のりポテト					②木綿豆腐→除去		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② いちごジャムサンド	①牛乳→豆乳		②食パン→米粉パン		①牛乳→豆乳→麦茶		
05 19 月	昼食	① 麦入りごはん ② 鮭と水菜のすまし汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ ほろりん草のおかめ和え ⑤ オレンジ							
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② レーズンケーキ	①牛乳→豆乳 ②スキムミルク・牛乳→除去、バター→油		②小麦粉→米粉		①牛乳→豆乳→麦茶		
06 20 火	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりのおろしソースかけ ④ きんぴらごぼう ⑤ りんご			③小麦粉→片栗粉				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 肉みそパグティ	①牛乳→豆乳		②スダゲティ→米粉めん		①牛乳→豆乳→麦茶	②豚肉→除去	
07 水	昼食	① ビビンバ丼 ② わかめスープ ③ ひじきのナムル ④ パナナ				①ごま→除去	②木綿豆腐→除去	①豚肉→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② モンパルシ風トースト	①牛乳→豆乳 ②スキムミルク・牛乳→除去、バター→油		②食パン→米粉パン、小麦粉→除去		①牛乳→豆乳→麦茶		
08 22 木	昼食	① 五目うどん ② ジャーマンポテト ③ ステイックきゅうり ④ みかん							②ウイナー→除去
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 五平餅	①牛乳→豆乳			②ごま→除去	①牛乳→豆乳→麦茶		
09 金	昼食	① 麦入りごはん ② かぶとわかめの味噌汁 ③ 鮭の黄金焼 ④ 白菜と小松菜のごま和え ⑤ パナナ					④ごま→除去		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ココアケーキ	①牛乳→豆乳 ②スキムミルク・牛乳→除去、バター→油		②小麦粉→米粉		①牛乳→豆乳→麦茶		
10 土	昼食	① ホウチンシュー ② きゅうりとわかめのサラダ ③ みかん			①デュラムアイン→米粉パン				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② グラッカーサンド	①牛乳→豆乳		②ルヴァン→米粉・油・水		①牛乳→豆乳→麦茶		
12 月	昼食	① 麦入りごはん ② ポトフ風スープ ③ 鶏肉のトマト煮 ④ 大豆のサラダ ⑤ オレンジ			③小麦粉→片栗粉		④大豆水煮→除去		②ウイナー→除去
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 米粉のヨーグルト蒸しパン	①牛乳→豆乳 ②スキムミルク・牛乳・ヨーグルト→除去、バター→油				①牛乳→豆乳→麦茶		
13 27 火	昼食	① ごはん ② 切干大根の味噌汁 ③ さつま芋コロッケ ④ キーベツのサラダ ⑤ りんご			③小麦粉→片栗粉、パン粉→除去			③豚肉→除去	
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② 中華風おこわ ③ ポリポリ小魚							
14 28 水	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜の中華スープ ③ 厚揚げの酢豚風 ④ 中華風ブロッコリー ⑤ グレープフルーツ					③厚揚げ→除去	③豚肉→除去	⑤GF→除去
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② あんぱん	①牛乳→豆乳		②ライスフライン→米粉パン		①牛乳→豆乳→麦茶		
21 水	昼食	① トナカイハヤシライス ② 照り焼きチキン ③ かぼちゃサラダ ④ いちご	①ハヤシルウ→ハヤシの王子様		①ハヤシルウ→ハヤシの王子様	①グリーンピース→レーズン	①ハヤシルウ→ハヤシの王子様	①豚肉→除去	①ハヤシルウ→ハヤシの王子様
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② きもちココアケーキ	①牛乳→豆乳 ②ホイップクリーム→マーマレードジャム		②ミックス粉→米粉・ベーキングパウダー		①牛乳→豆乳→麦茶 ②豆乳→水		
23 金	昼食	① 麦入りごはん ② かぶとわかめの味噌汁 ③ 鮭の黄金焼 ④ 白菜と小松菜のごま和え ⑤ パナナ				④ごま→除去			
	午後おやつ	① 牛乳 ② モンパルシ風トースト	①牛乳→豆乳 ②スキムミルク・牛乳→除去、バター→油		②食パン→米粉パン、小麦粉→除去		①牛乳→豆乳→麦茶		
24 土	昼食	① ごはん ② じゃが芋とめじの味噌汁 ③ 豚肉とれんこんの炒め煮 ④ きゅうりとわかめの三杯酢					②油揚げ→除去	③豚肉→鶏ひき肉	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② パナナヨーグルト	①牛乳→豆乳		②ミックス粉→米粉・ベーキングパウダー		①牛乳→豆乳→麦茶 ②豆乳→水		
26 月	昼食	① 麦入りごはん ② ポトフ風スープ ③ 鶏肉のトマト煮 ④ 大豆のサラダ ⑤ オレンジ			③小麦粉→片栗粉		④大豆水煮→除去		②ウイナー→除去
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 乳児 二色おはぎ ③ 幼児 二色お餅	①牛乳→豆乳				①牛乳→豆乳→麦茶 ②きな粉→あずき ③きな粉→あずき		

※午前おやつ：牛乳 → 豆乳 → 麦茶