



食物アレルギー献立表



令和6年4月

国立ひまわり保育園

日 曜	時間帯	献立	卵	乳	小麦	さば	れんこん
1月	昼食	①チキンカレー ②キャベツとしらすのサラダ ③棒チーズ ④清見オレンジ		③棒チーズ→ウインナー			
	午後おやつ	①麦茶 ②豚南蛮うどん				②干しうどん→米粉めん	
2火	昼食	①ごはん ②大根と麩の味噌汁 ③かじきのにんにく醤油焼き ④五目煮豆 ⑤バナナ				②焼麩→除去	
	午後おやつ	①牛乳 ②和風ツナトースト		①牛乳→豆乳		②ブルマンホワイト→米粉パン	
3水	昼食	①麦入りごはん ②春雨スープ ③チンジャオロース ④中華風きゅうり ⑤グレープフルーツ					
	午後おやつ	①牛乳 ②納豆チャーハン		①牛乳→豆乳			
4木	昼食	①ごはん ②豆乳スープ ③鶏肉の風味焼き ④ブロッコリーときのこのソテー ⑤バナナ					
	午後おやつ	①牛乳 ②大学芋		①牛乳→豆乳			
5金	昼食	①グリーンピースご飯 ②かぼちゃの味噌汁 ③カレイのオニオンソースかけ ④キャベツとアスパラのサラダ ⑤オレンジ					
	午後おやつ	①牛乳 ②高野豆腐のドーナッツ		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→油			
6土	昼食	①ごはん ②ほうれん草ともやしの味噌汁 ③鶏肉とブロッコリーの炒め煮 ④大根とツナのサラダ	④マヨネーズ→マヨドレ				
	午後おやつ	①牛乳 ②豆乳バナナケーキ		①牛乳→豆乳		②ミックス粉→ベーキングパウダー、米粉、三温糖	
8月	昼食	①麦入りごはん ②キャベツの味噌汁 ③肉じゃが ④ポイルえんどう ⑤清見オレンジ					
	午後おやつ	①牛乳 ②きなこクリームサンド		①牛乳→豆乳		②ライスファイン→米粉パン	
9火	昼食	①ソース焼きそば ②豆腐とわかめのスープ ③しらすと大根のサラダ ④バナナ				①焼きそばめん→米粉めん	
	午後おやつ	①牛乳 ②中華おこわ		①牛乳→豆乳			
10水	昼食	①麦入りごはん ②白菜の味噌汁 ③ひじきハンバーグ ④かぼちゃ煮 ⑤グレープフルーツ					
	午後おやつ	①麦茶 ②フルーツヨーグルト ③クラッカー		②ヨーグルト→除去		③クラッカー→ハッピーターン(0,1歳児ハイハイ)	
11木	昼食	①ごはん ②かぶの味噌汁 ③鶏肉のねぎ塩焼き ④大豆とさつま芋のサラダ ⑤バナナ					
	午後おやつ	①牛乳 ②ココア蒸しパン		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→油			
12金	昼食	①たけのこごはん ②麩のすまし汁 ③さわらのみそ焼き ④白菜と小松菜のお浸し ⑤オレンジ				②焼麩→除去	
	午後おやつ	①牛乳 ②キャベツの塩スパゲティー		①牛乳→豆乳		②スパゲティー→米粉めん	
13土	昼食	①ごはん ②もやしと小松菜の味噌汁 ③厚揚げのそぼろ煮 ④粉ふき芋					
	午後おやつ	①牛乳 ②マシュマロクラッカーサンド		①牛乳→豆乳		②クラッカー→ハッピーターン(0,1歳児ハイハイ)	
15月	昼食	①チキンカレー ②キャベツとしらすのサラダ ③棒チーズ ④清見オレンジ		③棒チーズ→ウインナー			
	午後おやつ	①麦茶 ②豚南蛮うどん				②干しうどん→米粉めん	

日 曜	時間帯	献立	卵	乳	小麦	さば	れんこん
16 火	昼食	① ごはん ② 大根と麩の味噌汁 ③ かじきのにんにく醤油焼き ④ 五目煮豆 ⑤ バナナ				②焼麩→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② 和風ツナトースト		①牛乳→豆乳		②プルマンホワイト→米粉パン	
17 水	昼食	① 麦入りごはん ② 春雨スープ ③ チンジャオロース ④ 中華風きゅうり ⑤ グレープフルーツ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② 納豆チャーハン		①牛乳→豆乳			
18 木	昼食	① ごはん ② 豆乳スープ ③ 鶏肉の風味焼き ④ ブロッコリーときのこのソテー ⑤ バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大学芋		①牛乳→豆乳			
19 金	昼食	① グリンピースご飯 ② かぼちゃの味噌汁 ③ カレイのオニオンソースかけ ④ キャベツとアスパラのサラダ ⑤ オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② 高野豆腐のドーナツ		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→油			
20 土	昼食	① ごはん ② ほうれん草ともやしの味噌汁 ③ 鶏肉とブロッコリーの炒め煮 ④ 大根とツナのサラダ	④マヨネーズ→マヨドレ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆乳バナナケーキ		①牛乳→豆乳		②ミックス粉→ベーキングパウダー、米粉、三温糖	
22 月	昼食	① 麦入りごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ ボイルえんどう ⑤ 清見オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこクリームサンド		①牛乳→豆乳		②ライスファイン→米粉パン	
23 火	昼食	① ソース焼きそば ② 豆腐とわかめのスープ ③ しらすと大根のサラダ ④ バナナ				①焼きそばめん→米粉めん	
	午後おやつ	① 牛乳 ② 中華おこわ		①牛乳→豆乳			
24 水	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜の味噌汁 ③ ひじきハンバーグ ④ かぼちゃ煮 ⑤ グレープフルーツ					
	午後おやつ	① 麦茶 ② フルーツヨーグルト ③ クラッカー		②ヨーグルト→除去		③クラッカー→ハッピーターン(0,1歳児ハイハイ)	
25 木	昼食	① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ 鶏肉のねぎ塩焼き ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココア蒸しパン		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→油			
26 金	昼食	① たけのごはん ② 水菜のすまし汁 ③ こいのぼりバーグ ④ 白菜と小松菜のお浸し ⑤ オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアクリームサンド		①牛乳→豆乳		②プルマンホワイト→米粉パン	
27 土	昼食	① ごはん ② もやしと小松菜の味噌汁 ③ 厚揚げのそぼろ煮 ④ 粉ふき芋(青のり)					
	午後おやつ	① 牛乳 ② マシュマロクラッカーサンド		①牛乳→豆乳			
30 火	昼食	① ナポリタン ② キャベツのスープ ③ かぼちゃのサラダ ④ グレープフルーツ				①スパゲティー→米粉めん	
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズおかかおにぎり ③ ポリポリ小魚(0,1歳児ハイハイ)		①牛乳→豆乳 ②サイコロチーズ→除去			

※0,1,2歳児クラスは、午前のおやつとして、牛乳がつきます。  
 ※午後のおやつ同様、午前のおやつも牛乳は「豆乳」になります  
 ※園の行事、その他の都合で、献立を変更する場合があります。  
 ※0,1歳児の果物は、咀嚼機能に配慮し、変更する場合があります。

