



# 食物アレルギー献立表



令和6年5月

国立ひまわり保育園

日 曜	時間帯	献立	卵	乳	小麦	そば	れんこん
1 水	昼食	① ごはん ② ジャガイモの味噌汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ さつまいものレモン煮 ⑤ オレンジ				③小麦粉→片栗粉	
	午後おやつ	① 牛乳 ② レーズンケーキ		①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去、バター→油、牛乳→豆乳	②小麦粉→米粉		
2 木	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃのスープ ③ ボークビーンズ ④ マッシュポテト ⑤ 甘夏					
	午後おやつ	① 麦茶 ② 鶏塩うどん			②干しうどん→米粉めん		
7 火	昼食	① カレーライス ② 切り干し大根としらすのサラダ ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ		③棒チーズ→ウインナー			
	午後おやつ	① 麦茶 ② フルーツ牛乳かん ③ クラッカー		②牛乳→豆乳	③クラッカー→ハッピーターン(0,1歳児ハイハイ)		
8 水	昼食	① 麦入りごはん ② かぶのすまし汁 ③ 松風焼き ④ キャベツとれんこんのサラダ ⑤ オレンジ			③ドライパン粉→片栗粉		④れんこん→除去
	午後おやつ	① 牛乳 ② パンプキンサンド		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳	②ブルマンホワイト→米粉パン		
9 木	昼食	① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁 ③ カレイの野菜あんかけ ④ 梅肉和え ⑤ バナナ			③小麦粉→片栗粉		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のほうれん草ケーキ		①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳			
10 金	昼食	① タンメン ② ジャガイモと鶏肉のバター醤油煮 ③ ボイルえんどう ④ ジューシーオレンジ		②バター→除去	①焼きそばめん→米粉めん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ジャことチーズのおやき風		①牛乳→豆乳 ②ピザ用チーズ→除去	②小麦粉→除去		
11 土	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 回鍋肉 ④ 中華風きゅうり					
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナスコーン		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳	②ミックス粉→米粉、ベーキングパウダー、三温糖		
13 月	昼食	① 麦入りごはん ② チンゲン菜の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ さつまいものココロサラダ ⑤ 甘夏					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナの和風パンネ		①牛乳→豆乳	②パンネ→米粉マカロニ		
14 火	昼食	① ごはん ② ジャガイモのスープ ③ 鮭のパン粉焼き ④ ほうれん草とエリンギのソテー ⑤ グレープフルーツ			③ドライパン粉→片栗粉		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 揚げパン		①牛乳→豆乳	②デュラムファイン→米粉パン		
15 水	昼食	① 麦入りごはん ② 豚汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ ひじきのごま味噌サラダ ⑤ オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ポテトもち ③ そら豆の塩ゆで		①牛乳→豆乳 ②バター→除去、スキムミルク→除去			
16 木	昼食	① ごはん ② なめこと大根の味噌汁 ③ 肉豆腐 ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ヨーグルト蒸しパン		①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去、牛乳→豆乳、ヨーグルト→除去、バター→油	②小麦粉→米粉		
17 金	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりの煮魚 ④ さつまいもの白和え ⑤ ジューシーオレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ひじきのミルクブレッド		①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去、バター→油	②小麦粉→米粉		

日 曜	時間帯	献立	卵	乳	小麦	さば	れんこん
18 土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② お麩ラスク ③ さつま芋マッシュ		①牛乳→豆乳	②焼麩→ハッピーターン(0,1歳児ハイハイ)		
20 月	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃのスープ ③ ポークビーンズ ④ ポイルプロッコリー ⑤ 甘夏					
	午後おやつ	① 麦茶 ② 鶏塩うどん			②干しうどん→米粉めん		
21 火	昼食	① カレーライス ② 切り干し大根としらすのサラダ ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ		③棒チーズ→ウインナー			
	午後おやつ	① 麦茶 ② フルーツ牛乳かん ③ クラッカー		②牛乳→豆乳	③クラッカー→ハッピーターン(0,1歳児ハイハイ)		
22 水	昼食	① 麦入りごはん ② かぶのすまし汁 ③ 松風焼き ④ キャベツとれんこんのサラダ ⑤ オレンジ			③ドライパン粉→片栗粉		④れんこん→除去
	午後おやつ	① 牛乳 ② パンプキンサンド		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳	②プルマンホワイト→米粉パン		
23 木	昼食	① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁 ③ カレイの野菜あんかけ ④ 梅肉和え ⑤ パナナ			③小麦粉→片栗粉		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のほうれん草ケーキ		①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳			
24 金	昼食	① タンメン ② じゃが芋と鶏肉のバター醤油煮 ③ ポイルえんどう ④ ジューシーオレンジ		②バター→除去	①焼きそばめん→米粉めん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② じゃことチーズのおやき風		①牛乳→豆乳 ②ピザ用チーズ→除去	②小麦粉→除去		
25 土	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 回鍋肉 ④ 中華風さゆり					
	午後おやつ	① 牛乳 ② パナナスコーン		①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳	②ミックス粉→米粉、ベーキングパウダー、三温糖		
27 月	昼食	① 麦入りごはん ② チンゲン菜の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ さつま芋のコロコロサラダ ⑤ 甘夏					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナの和風パンネ		①牛乳→豆乳	②パンネ→米粉マカロニ		
28 火	昼食	① ごはん ② じゃが芋のスープ ③ 鮭のパン粉焼き ④ ほうれん草とエリンギのソテー ⑤ グレープフルーツ			③ドライパン粉→片栗粉		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 揚げパン		①牛乳→豆乳	②デュラムファイン→米粉パン		
29 水	昼食	① 麦入りごはん ② 豚汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ ひじきのごま味噌サラダ ⑤ オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ポテトもち ③ そら豆の塩ゆで		①牛乳→豆乳 ②バター→油、スキムミルク→除去			
30 木	昼食	① ごはん ② なめこと大根の味噌汁 ③ 肉豆腐 ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ パナナ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ヨーグルト蒸しパン		①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去、牛乳→豆乳、ヨーグルト→除去、バター→油	②小麦粉→米粉		
31 金	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりの煮魚 ④ さつま芋の白和え ⑤ ジューシーオレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ひじきのミルクブレッド		①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去、バター→油	②小麦粉→米粉		

※0,1,2歳児クラスは、午前のおやつとして、牛乳がつかます。  
 ※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。

