



食物アレルギー献立表



令和7年5月

国立ひまわり保育園

日 / 曜	時間帯	献立	卵	乳	ごま
1 木	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりの煮魚 ④ さつまいの白和え ⑤ ジューシーオレンジ			④白ごま→除去
	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 金	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 ボイルブロッコリー ⑤ 甘夏			
	午後おやつ	① 麦茶 ② 鶏塩うどん			
7 水	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	
8 木	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			④白ごま→除去
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のさつまいケーキ		①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳	
9 金	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			
	午後おやつ	① 牛乳 ② パンプキンサンド		①牛乳→豆乳	
10 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 さつまいマッシュ		①牛乳→豆乳	
12 月	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 オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② おかかおにぎり		①牛乳→豆乳	
13 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			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 揚げパン		①牛乳→豆乳	
14 水	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 ツナの和風ペンネ		①牛乳→豆乳	
15 木	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 バナナ			③白ごま→除去
	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	
16 金	昼食	① タンメン ② じゃが芋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ごま油→除去
	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	
17 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			④ごま油→除去
	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	

日 / 曜	時間帯	献立	卵	乳	ごま
19月	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりの煮魚 ④ さつまいの白和え ⑤ ジューシーオレンジ			④白ごま→除去
	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	
20火	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 ボイルブロッコリー ⑤ 甘夏			
	午後おやつ	① 麦茶 ② 鶏塩うどん			
21水	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		②棒チーズ→ウィンナー	
	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	
22木	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			④白ごま→除去
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のさつまいケーキ		①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳	
23金	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			
	午後おやつ	① 牛乳 ② パンプキンサンド		①牛乳→豆乳	
24土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーメレード焼き 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 さつまいマッシュ		①牛乳→豆乳	
26月	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 オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② おかかおにぎり		①牛乳→豆乳	
27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			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 揚げパン		①牛乳→豆乳	
28水	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	
29木	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 バナナ			③白ごま→除去
	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金	昼食	① タンメン ② じゃが芋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ごま油→除去
	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	
31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			④ごま油→除去
	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	

※0.1.2歳児クラスは、午前おやつとして牛乳がつきます。
 ※園の行事、その他の都合で献立を変更することがあります。
 ※0.1歳児の果物は咀嚼機能に考慮し、変更する場合があります。
 ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズです。