

日 / 曜	時間帯	献立	卵	乳	ごま	魚卵
1 水	昼食	① 麦入りごはん ② 小松菜の中華スープ ③ 酢鶏 ④ 中華和え ⑤ バナナ			③ごま油→除去 ④ごま油→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② シュガートースト		①牛乳→豆乳 ②バター→油		
2 木	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐となめこの味噌汁 ③ おろしハンバーグ ④ 小松菜の胡麻和え ⑤ オレンジ			④白ごま→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② スイートポテト		①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳		
3 金	昼食	① 麦入りごはん ② 厚揚げと大根の味噌汁 ③ 鮭の南蛮漬け ④ さつま芋の甘煮 ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ほうとう風うどん		①牛乳→豆乳		
4 土	昼食	① ごはん ② かぶのすまし汁 ③ 鶏肉の味噌焼き ④ ベーコンと小松菜の炒め物	④ベーコン(乳・卵入り)→除去	④ベーコン(乳・卵入り)→除去	③ごま油→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナケーキ		①牛乳→豆乳		
6 月	昼食	① ふきよせごはん ② キャベツのすまし汁 ③ お月見松風焼き ④ おかか和え ⑤ オレンジ			③白ごま→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② お月見まんじゅう		①牛乳→豆乳		
7 火	昼食	① スパゲティーミートソース ② 小松菜スープ ③ かぼちゃサラダ ④ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ひじきごはん		①牛乳→豆乳		
8 水	昼食	① 麦入りごはん ② 大根の味噌汁 ③ かじきのにんにく醤油焼き ④ 五目煮豆 ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② キャロットスコーン		①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳		
9 木	昼食	① 麦入りごはん ② 大根としめじの味噌汁 ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ 白菜とほうれん草のごま和え ⑤ バナナ			④白ごま→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこトースト		①牛乳→豆乳 ②バター→油		
10 金	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃスープ ③ チキンカツ ④ コーンキャベツサラダ ⑤ 柿(0.1歳児グレードフルーツ)				
	午後おやつ	① 牛乳 ② あんかけラーメン		①牛乳→豆乳	②ごま油→除去	
11 土	昼食	① ごはん ② なすの味噌汁 ③ 豚肉と大根の煮物 ④ きゅうりとえのきの酢の物			③ごま油→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごジャムサンド		①牛乳→豆乳		
14 火	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜の味噌汁 ③ すき焼き風煮 ④ スティックきゅうり ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② りんごジャムサンド		①牛乳→豆乳		
15 水	昼食	① 鶏のあんかけ丼 ② 舞茸と里芋の味噌汁 ③ 白菜と小松菜のおひたし ④ バナナ				
	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		
16 木	昼食	① 麦入りごはん ② じゃが芋とほうれん草のすまし汁 ③ さばの味噌煮 ④ カラフルきんぴら ⑤ オレンジ			④ごま油→油	
	午後おやつ	① 牛乳 ② オレンジムース ③ クラッカー		①牛乳→豆乳 ②ヨーグルト→豆乳、生クリーム→除去		

日曜	時間帯		献立	卵	乳	ごま	魚卵
17金	昼食	①	かぼちゃカレー				
		②	切干大根としらすのサラダ				
		③	棒チーズ		③棒チーズ→ウィンナー		
		④	グレープフルーツ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	スイートポテト		②バター→油、牛乳→豆乳		
18土	昼食	①	ごはん				
		②	かぶのすまし汁				
		③	鶏肉の味噌焼き			③ごま油→除去	
		④	ベーコンと小松菜の炒め物	④ベーコン(乳卵入り)→除去	④ベーコン(乳卵入り)→除去		
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	バナナケーキ				
20月	昼食	①	ふきよせごはん				
		②	キャベツのすまし汁				
		③	豆腐入り松風焼き			③白ごま→除去	
		④	おかか和え				
		⑤	オレンジ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	りんごとレーズンの蒸しパン		②スキムミルク→除去、牛乳→豆乳、バター→油		
21火	昼食	①	スパゲティーミートソース				
		②	小松菜スープ				
		③	かぼちゃサラダ				
		④	グレープフルーツ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	ひじきごはん				
22水	昼食	①	麦入りごはん				
		②	大根の味噌汁				
		③	かじきのにんにく醤油焼き				
		④	五目煮豆				
		⑤	オレンジ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	キャロットスコーン		②バター→油、牛乳→豆乳		
23木	昼食	①	備蓄ごはん				
		②	大根としめじの味噌汁				
		③	鶏肉のマーマレード焼き				
		④	白菜とほうれん草のごま和え			④白ごま→除去	
		⑤	バナナ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	きなこトースト		②バター→油		
24金	昼食	①	麦入りごはん				
		②	かぼちゃスープ				
		③	チキンカツ				
		④	コーンキャベツサラダ				
		⑤	柿(0.1歳児グレードフルーツ)				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	あんかけラーメン			②ごま油→除去	
25土	昼食	①	ごはん				
		②	なすの味噌汁				
		③	豚肉と大根の煮物			③ごま油→除去	
		④	きゅうりとえのきの酢の物				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	いちごジャムサンド				
27月	昼食	①	麦入りごはん				
		②	厚揚げと大根の味噌汁				
		③	鮭の南蛮漬け				
		④	さつま芋の甘煮				
		⑤	グレープフルーツ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	ほうとう風うどん				
28火	昼食	①	麦入りごはん				
		②	白菜の味噌汁				
		③	すき焼き風煮				
		④	スティックきゅうり				
		⑤	オレンジ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	りんごジャムサンド				
29水	昼食	①	鶏のあんかけ丼				
		②	舞茸と里芋の味噌汁				
		③	白菜と小松菜のおひたし				
		④	バナナ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	高野豆腐のドーナッツ		②牛乳→豆乳、バター→油		
30木	昼食	①	おばけのかぼちゃカレー				
		②	切干大根としらすのサラダ				
		③	棒チーズ		③棒チーズ→ウィンナー		
		④	グレープフルーツ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	ハロウィンクッキー				
		②	オレンジジュース		②ヨーグルト→豆乳、生クリーム→除去		
		③	クラッカー				
31金	昼食	①	麦入りごはん				
		②	じゃが芋とほうれん草のすまし汁				
		③	さばの味噌煮				
		④	カラフルきんぴら			④ごま油→油	
		⑤	オレンジ				
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳		
		②	オレンジジュース		②ヨーグルト→豆乳、生クリーム→除去		
		③	クラッカー				

※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。
※乳アレルギー 午前おやつ 牛乳→豆乳