



食物アレルギー献立表



令和8年8月

国立ひまわり保育園

日 / 曜	時間帯	献立	卵	魚卵	くるみ	牛肉
1 土	昼食	① ごはん ② チンゲン菜の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ ブロッコリーのおかか和え				
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナケーキ				
3 月	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 冬瓜の味噌汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ バイナップル				
	午後おやつ	① 牛乳 ② オレンジトースト				
4 火	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ 大根サラダ ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ヨーグルト蒸しパン				
5 水	昼食	① ジャージャー麺 ② トマトの中華風スープ ③ さつま芋のレモン煮 ④ バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 備蓄五目ごはん ③ 茹でとうもろこし				
6 木	昼食	① 麦入りごはん ② オクラの味噌汁 ③ 納豆炒め 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 インディアンスパゲティ				
7 金	昼食	① 麦入りごはん ② キャベツの味噌汁 ③ さばのみりん焼き ④ 切干大根の煮物 ⑤ バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナ入りポテト焼き				
8 土	昼食	① ごはん ② わかめの味噌汁 ③ 豚肉と厚揚げの炒め煮 ④ 小松菜のお浸し				
	午後おやつ	① 牛乳 ② マシュマロクラッカーサンド				
10 月	昼食	① 麦入りごはん ② スッキーニのスープ ③ 照焼ハンバーグ ④ 青のりポテト ⑤ オレンジ	②ベーコン→除去			
	午後おやつ	① 牛乳 ② セサミスコーン				
12 水	昼食	① チキンカレー 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				
	午後おやつ	① 麦茶 ② 肉うどん				
13 木	昼食	① とうもろこしごはん ② 大根の味噌汁 ③ かじきのパーベキューソース ④ ひじきときゅうりのサラダ ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② そぼろおにぎり				
14 金	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 豚肉となすの味噌炒め ④ きゅうりの中華和え ⑤ バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② フルーツカルピスゼリー ③ クラッカー				
15 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 シュガートースト				

日 / 曜	時間帯		献立	卵	魚卵	くるみ	牛肉
17 月	昼食	① 麦入りごはん ② じゃが芋のスープ ③ 鶏肉のオニオンソース ④ ズッキーニ炒め ⑤ オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこ揚げパン					
18 火	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ 大根サラダ ⑤ グレープフルーツ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ヨーグルト蒸しパン					
19 水	昼食	① ジャージャー麺 ② トマトの中華風スープ ③ さつま芋のレモン煮 ④ バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② 備蓄五目ごはん ③ スティックきゅうり(みそマヨ)					
20 木	昼食	① 麦入りごはん ② オクラの味噌汁 ③ 納豆炒め 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 インディアンスパゲティー					
21 金	昼食	① 麦入りごはん ② キャベツの味噌汁 ③ さばのまりん焼き ④ 切干大根の煮物 ⑤ バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナ入りポテト焼き					
22 土	昼食	① ごはん ② わかめの味噌汁 ③ 豚肉と厚揚げの炒め煮 ④ 小松菜のお浸し					
	午後おやつ	① 牛乳 ② マシュマロクラッカーサンド					
24 月	昼食	① 麦入りごはん ② ズッキーニのスープ ③ 照焼ハンバーグ ④ 青のりポテト ⑤ オレンジ	②ベーコン→除去				
	午後おやつ	① 牛乳 ② セサミスコーン					
25 火	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 冬瓜の味噌汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ バイナップル					
	午後おやつ	① 牛乳 ② オレンジトースト					
26 水	昼食	① チキンカレー 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					
	午後おやつ	① 麦茶 ② 肉うどん					
27 木	昼食	① とうもろこしごはん ② 大根の味噌汁 ③ かじきのバーベキューソース ④ ひじきときゅうりのサラダ ⑤ オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② そぼろおにぎり					
28 金	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 豚肉となすの味噌炒め ④ きゅうりの中華和え ⑤ バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② フルーツカルピスゼリー ③ クラッカー					
29 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 シュガートースト					
31 月	昼食	① 麦入りごはん ② じゃが芋のスープ ③ 鶏肉のオニオンソース ④ ズッキーニ炒め ⑤ オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこ揚げパン					