ア レ ル ギ ー 献 立 表

令和6年3月

宮前おおぞら保育園

日 曜	時間帯	献立		かじき	カレイ ヒラメ	ナッツ類	キウイ
01 金	昼食	① ② ③ ④ ⑤	花ごはん ほうれん草のすまし汁 鶏のから揚げ 白菜と菜の花のごま和え バナナ				
	午後おやつ	① ②	カルピス 三色ケーキ				
02 土	昼食	① ② ③ ④	ごはん 豆腐と小松菜の味噌汁 豚肉とれんこんの炒め煮 きゅうりとえのきの酢の物				
	午後おやつ	① ②	牛乳 さつま芋スコーン				
04 月	昼食	① ② ③ ④ ⑤	麦入りごはん 野菜ときのこのスープ ポークチャップ ポテトサラダ 清見オレンジ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 あずき蒸しパン				
05 火	昼食	① ② ③ ④	みそラーメン ツナと大根のサラダ ゆでかぼちゃ バナナ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 チーズおかかおにぎり				
06 水	昼食	① ② ③ ④ ⑤	じゃこごはん 豆腐となめこの味噌汁 筑前煮 ブロッコリーのごま和え りんご				
	午後おやつ	① ②	牛乳 いちごマフィン				
07 木	昼食	① ② ③ ④ ⑤	ごはん かぶのすまし汁 カレイの甘辛ソースかけ 大豆のサラダ グレープフルーツ		③カレイ→鱈		
	午後おやつ	① ②	牛乳 インディアンスパゲティー				
08 金	昼食	① ② ③ ④ ⑤	麦入りごはん チンゲン菜スープ 家常豆腐 中華風もやし 甘夏				
	午後おやつ	① ②	牛乳 おさつパイ				
09 土	昼食	① ② ③ ④	ごはん さつま芋の味噌汁 鶏肉のねぎ照焼き 厚揚げとチンゲン菜の炒め物				
	午後おやつ	① ②	牛乳 ブルーベリーサンド				
11 月	昼食	① ② ③ ④ ⑤	ごはん 大根の味噌汁 鮭の風味焼き 三色おかか和え 清見オレンジ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 ジャムサンドクラッカー				
12 火	昼食	① ② ③ ④ ⑤	ごはん 里芋の味噌汁 鶏肉のレモン風味 白菜サラダ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 豆腐とバナナのケーキ				
13 水	昼食	① ② ③ ④ ⑤	麦入りごはん ほうれん草の味噌汁 さわらの梅ねぎ焼き ひじきとさつま芋の煮物 バナナ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 青菜サンド				
14 木	昼食	① ② ③ ④ ⑤	麦入りごはん ジュリエンヌスープ ハンバーグ キャベツのサラダ りんご				
	午後おやつ	① ②	牛乳 ポテトフライ				

日 曜	時間帯	献立		かじき	カレイ ヒラメ	ナッツ類	キウイ
15 金	昼食	① ② ③ ④	カレーライス 切り干し大根のサラダ 棒チーズ 甘夏				
	午後おやつ	① ②	牛乳 アップルケーキ				
16 土	昼食	① ② ③ ④	ごはん 豆腐と小松菜の味噌汁 豚肉とれんこんの炒め煮 きゅうりとえのきの酢の物				
	午後おやつ	① ②	牛乳 さつま芋スコーン				
18 月	昼食	① ② ③ ④ ⑤	麦入りごはん 野菜ときのこのスープ ポークチャップ ポテトサラダ 清見オレンジ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 あずき蒸しパン				
19 火	昼食	① ② ③ ④	みそラーメン ツナと大根のサラダ ゆでかぼちゃ バナナ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 チーズおかかおにぎり				
21 木	昼食	① ② ③ ④ ⑤	ごはん かぶのすまし汁 カレイの甘辛ソースかけ 大豆のサラダ グレープフルーツ		③カレイ→鱈		
	午後おやつ	① ②	牛乳 インディアンスパゲティー				
22 金	昼食	① ② ③ ④ ⑤	麦入りごはん チンゲン菜スープ 家常豆腐 中華風もやし 甘夏				
	午後おやつ	① ②	牛乳 おさつパイ				
23 土	昼食	① ② ③ ④	ごはん さつま芋の味噌汁 鶏肉のねぎ照焼き 厚揚げとチンゲン菜の炒め物				
	午後おやつ	① ②	牛乳 ブルーベリーサンド				
25 月	昼食	① ② ③ ④ ⑤	ごはん 大根の味噌汁 鮭の風味焼き 三色おかか和え 清見オレンジ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 ツナ入りポテト焼き				
26 火	昼食	① ② ③ ④ ⑤	ごはん 里芋の味噌汁 鶏肉のレモン風味 白菜サラダ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 豆腐とバナナのケーキ				
27 水	昼食	① ② ③ ④	ハヤシライス 切り干し大根のサラダ 棒チーズ りんご				
	午後おやつ	① ②	牛乳 きつねうどん				
28 木	昼食	① ② ③ ④ ⑤	麦入りごはん ほうれん草の味噌汁 さわらの梅ねぎ焼き ひじきとさつま芋の煮物 バナナ				
	午後おやつ	① ②	牛乳 青菜サンド				
29 金	昼食	① ② ③ ④ ⑤	麦入りごはん 白菜スープ 花焼売 小松菜としらすのナムル 甘夏				
	午後おやつ	① ②	牛乳 アップルケーキ				
30 土	昼食	① ② ③ ④	ごはん わかめと油揚げのすまし汁 豚肉と玉葱の味噌炒め かぼちゃの甘煮				
	午後おやつ	① ②	牛乳 レモンシュガートースト				

※プルマンホワイト、ライスファイン→乳卵不使用