

アレルギー食献立表

令和7年12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 たら	卵	ピーナッツ	キウイ
01月	昼食	①麦入りごはん ②ポトフ風スープ ③鶏肉のトマト煮 ④大豆のサラダ ⑤オレンジ			②ベーコン→除去		
	午後おやつ	①牛乳 ②芋ようかん					
02火	昼食	①ごはん ②なめこの味噌汁 ③さばのごま照り焼き ④ほうれん草のおかか和え ⑤りんご					
	午後おやつ	①牛乳 ②肉みそスパゲティー					
03水	昼食	①麦入りごはん ②白菜の中華スープ ③厚揚げの酢豚風 ④中華風ブロッコリー ⑤グレープフルーツ					
	午後おやつ	①牛乳 ②メロンパン風トースト					
04木	昼食	①五目うどん ②じゃが芋のツナ煮 ③ステイックきゅうり ④バナナ					
	午後おやつ	①牛乳 ②中華風おこわ					
05金	昼食	①麦入りごはん ②かぶの味噌汁 ③鮭のコーン焼き ④白菜と小松菜のごま和え ⑤りんご					
	午後おやつ	①牛乳 ②お好み焼き					
06土	昼食	①わかめうどん ②切干大根とツナのサラダ					
	午後おやつ	①牛乳 ②きなこちんすこう					
08月	昼食	①ごはん ②かぼちゃの味噌汁 ③ぶりのおろしソースかけ ④チンゲン菜と油揚げの煮浸し ⑤オレンジ					
	午後おやつ	①牛乳 ②塩焼きそば					
09火	昼食	①ごはん ②切干大根の味噌汁 ③さつま芋コロッケ ④きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤みかん					
	午後おやつ	①麦茶 ②五平餅					
10水	昼食	①麦入りごはん ②麩と水菜のすまし汁 ③鶏肉の風味焼き ④きんぴらごぼう ⑤バナナ					
	午後おやつ	①牛乳 ②レーズンケーキ					
11木	昼食	①ビビンバ丼 ②わかめスープ ③大根とツナのサラダ ④グレープフルーツ					
	午後おやつ	①牛乳 ②あんぱん					
12金	昼食	①カレーライス ②ひじきのサラダ ③棒チーズ ④みかん					
	午後おやつ	①牛乳 ②米粉のヨーグルト蒸しパン					
13土	昼食	①ごはん ②キャベツの味噌汁 ③豚肉とれんこんの炒め煮 ④かぼちゃとツナのサラダ					
	午後おやつ	①牛乳 ②バナナスコーン					

日曜	時間帯	献立	かじき	カレイ ヒラメ たら	卵	ピーナツ	キウイ
15 月	昼食	①麦入りごはん ②白菜の中華スープ ③厚揚げの酢豚風 ④中華風ブロッコリー ⑤グレープフルーツ					
	午後おやつ	①牛乳 ②メロンパン風トースト					
16 火	昼食	①ごはん ②なめこの味噌汁 ③さばのごま照り焼き ④ほうれん草のおかか和え ⑤りんご					
	午後おやつ	①牛乳 ②肉みそスパゲティー					
17 水	昼食	①麦入りごはん ②ポトフ風スープ ③鶏肉のトマト煮 ④大豆のサラダ ⑤オレンジ			②ベーコン→除去		
	午後おやつ	①牛乳 ②芋ようかん					
18 木	昼食	①五目うどん ②じゃが芋のツナ煮 ③スティックきゅうり ④バナナ					
	午後おやつ	①牛乳 ②ココアロールパン					
19 金	昼食	①麦入りごはん ②かぶの味噌汁 ③鮭のコーン焼き ④白菜と小松菜のごま和え ⑤りんご					
	午後おやつ	①牛乳 ②お好み焼き					
20 土	昼食	①ごはん ②えのきの味噌汁 ③鶏肉とブロッコリーの炒め煮 ④青のりポテト					
	午後おやつ	①牛乳 ②きなこちんすこう					
22 月	昼食	①ごはん ②かぼちゃの味噌汁 ③ぶりのおろしソースかけ ④チンゲン菜と油揚げの煮浸し ⑤オレンジ					
	午後おやつ	①牛乳 ②塩焼きそば					
23 火	昼食	①ごはん ②切干大根の味噌汁 ③さつま芋コロッケ ④きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤みかん					
	午後おやつ	①麦茶 ②五平餅					
24 水	昼食	①ピザ ②クリームコーンスープ ③ローストチキン ④コールスローサラダ ⑤バナナ					
	午後おやつ	①牛乳 ②スノーマンスコーン					
25 木	昼食	①ビビンバ丼 ②わかめスープ ③大根とツナのサラダ ④グレープフルーツ					
	午後おやつ	①牛乳 ②あんぱん					
26 金	昼食	①麦入りごはん ②麩と水菜のすまし汁 ③鶏肉の風味焼き ④きんぴらごぼう ⑤バナナ					
	午後おやつ	①牛乳 ②レーズンケーキ					
27 土	昼食	①ごはん ②キャベツの味噌汁 ③豚肉とれんこんの炒め煮 ④かぼちゃとツナのサラダ					
	午後おやつ	①牛乳 ②バナナスコーン					

プルマンホワイト(パン)、ライスファイン(パン)→乳卵なし