

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 スティックきゅうり 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	ピーナッツ	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