

アレルギー食献立表

令和8年1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	くるみ カシューナッツ アーモンド	キウイ
05月	昼食	① チキンカレーライス ② 切り干し大根としらすの酢の物 ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 冰ノゾケキのいちごソースがけ						
06火	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐とわかめのすまし汁 ③ 鮭のちゃんちゃん焼き ④ さつま芋のレモン煮 ⑤ みかん						
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアクリームサンド						
07水	昼食	① クリームスバゲティー ② 白菜スープ ③ キャベツとれんこんのツナサラダ ④ バナナ			②ベーコン→除去			
	午後おやつ	① 麦茶 ② 七草粥 ③ ポリポリ小魚						
08木	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② かぶの味噌汁 ③ 鶏の照り焼き ④ チンゲン菜と人参のソテー ⑤ りんご						
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナマフィン						
09金	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ カレイのおろし醤油がけ ④ 五目煮豆 ⑤ グレープフルーツ		③カレイ→鮭				
	午後おやつ	① 牛乳 ② だまこもちのぜんざい						
10土	昼食	① チキンライス ② わかめスープ ③ キャベツのサラダ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② マーブルケーキ						
13火	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーボー豆腐 ④ 中華風きゅうり ⑤ オレンジ			②ハム→除去			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大学かぼちゃ						
14水	昼食	① 人参ピラフ ② トマトスープ ③ 鶏肉のチーズパン粉焼き ④ 花野菜サラダ ⑤ バナナ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のオレンジ蒸しパン						
15木	昼食	① 麦入りごはん ② 里芋の味噌汁 ③ 豆腐入りミートローフ ④ ほうれん草とエリンギのソテー ⑤ グレープフルーツ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすトースト						
16金	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ かじきのかき揚げ ④ 紅白なます ⑤ みかん	③かじき→鮭					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ビーフン						
17土	昼食	① ごはん ② 小松菜の味噌汁 ③ 厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め ④ 粉ふき芋						
	午後おやつ	① 牛乳 ② マカロニのあべ川						

日 曜	時間帯	献立	かじき	カレイ ヒラメ たら	卵	ピーナッツ	くるみ カシューナッツ アーモンド	キウイ
19 月	昼食	① チキンカレーライス ② 切り干し大根としらすの酢の物 ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② ｽﾎﾟﾝｼﾞｹｰｷのいちごソースがけ						
20 火	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐とわかめのすまし汁 ③ 鮭のちゃんちゃん焼き ④ さつま芋のレモン煮 ⑤ みかん						
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアクリームサンド						
21 水	昼食	① クリームスパゲティ ② 白菜スープ ③ キャベツとれんこんのツナサラダ ④ バナナ			②ベーコン→除去			
	午後おやつ	① 麦茶 ② 中華風おこわ						
22 木	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② かぶの味噌汁 ③ 鶏の照り焼き ④ チンゲン菜と人参のソテー ⑤ りんご						
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナマフィン						
23 金	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ カレイのおろし醤油がけ ④ 五目煮豆 ⑤ グレープフルーツ		③カレイ→鮭				
	午後おやつ	① 牛乳 ② お楽しみクッキー						
24 土	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 豚肉と大根の煮物 ④ ブロッコリーのおかか和え						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆腐ブラウニー						
26 月	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーボー豆腐 ④ 中華風さゆり ⑤ オレンジ			②ハム→除去			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大学かぼちゃ						
27 火	昼食	① 切干大根ごはん ② けんちん汁 ③ 豚肉のねぎ塩炒め ④ 白菜とほうれん草のごま味噌和え ⑤ みかん						
	午後おやつ	① 牛乳 ② サモサ						
28 水	昼食	① 人参ピラフ ② トマトスープ ③ 鶏肉のチーズパン粉焼き ④ 花野菜サラダ ⑤ バナナ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のオレンジ蒸しパン						
29 木	昼食	① 麦入りごはん ② 里芋の味噌汁 ③ 豆腐入りミートローフ ④ ほうれん草とエリンギのソテー ⑤ グレープフルーツ						
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすトースト						
30 金	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ かじきのかき揚げ ④ 紅白なます ⑤ みかん	③かじき→鮭					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ビーフン						
31 土	昼食	① ごはん ② 小松菜の味噌汁 ③ 厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め ④ 粉ふき芋						
	午後おやつ	① 牛乳 ② マカロニのあべ川						

プルマンホワイト(パン)→乳卵なし