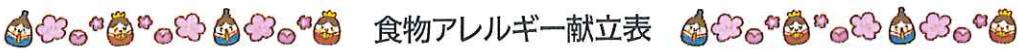


令和6年3月



## 食物アレルギー献立表

西国分寺保育園

日 曜	時間帯	献立	乳	小麦	卵	ナッツ類 ピーナッツ そば
01 金	昼食	① 花ごはん ② 鮭と水菜のすまし汁 ③ 鶏肉のみぞ焼き ④ 白菜と菜の花のごま和え ⑤ 甘夏		焼麸→除去		
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごマフィン	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 バター→油 牛乳→豆乳	小麦粉→米粉		
02 土	昼食	① ごはん ② 豆腐と小松菜の味噌汁 ③ 豚肉とれんこんの炒め煮 ④ きゅうりとえのきの酢の物				
	午後おやつ	① 牛乳 ② さつまいもスコーン	牛乳→麦茶	さつまいもスコーン→米粉パンのジャムサンド		
04 月	昼食	① 麦入りごはん ② 野菜ときのこのスープ ③ ポークチャップ ④ ポテトサラダ ⑤ 滑見オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② あづき蒸しパン	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 バター→油 牛乳→豆乳	小麦粉→米粉		
05 火	昼食	① みそラーメン ② ツナと大根のサラダ ③ ゆでかぼちゃ ④ バナナ		焼きそば麵→きびめん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズおかかおにぎり	牛乳→麦茶 チーズ→除去			
06 水	昼食	① パン ② 春雨スープ ③ チキンカツ ④ キャベツとチーズのサラダ ⑤ フルーツパンチ		丸パン→米粉パン 小麦粉・パン粉→除去(チキンソテー)		
	午後おやつ	① ヨーグルトのブルーベリーソースかけ ② クラッカー	ヨーグルト→豆乳ヨーグルト	クラッカー→せんべい		
07 木	昼食	① ごはん ② かぶのすまし汁 ③ カレーハンの甘辛ソースかけ ④ 大豆のサラダ ⑤ グレープフルーツ		小麦粉→除去		
	午後おやつ	① 牛乳 ② インディアンスパゲティー	牛乳→麦茶	スパゲティー→きびめん		
08 金	昼食	① 麦入りごはん ② デンゲン葉スープ ③ 五目卵焼き ④ 中華風もやし ⑤ 甘夏			卵→除去(鶏肉のミートローフ)	
	午後おやつ	① 牛乳 ② おさつパイ	牛乳→麦茶 バター→除去	餃子の皮→除去(さつまいもきんとん)		
09 土	昼食	① ごはん ② さつまいもの中味噌汁 ③ 鶏肉のねぎ照焼き ④ 厚揚げとデンゲン葉の炒め物				
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごジャムサンド	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン		
11 月	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 鮭の風味焼き ④ 三色おかか和え ⑤ 滑見オレンジ		小麦粉→除去		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナ入りポテト焼き	牛乳→麦茶			
12 火	昼食	① ごはん ② 里芋の中味噌汁 ③ 鶏肉のレモン風味 ④ 白菜サラダ ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆腐とバナナのケーキ	牛乳→麦茶	小麦粉→米粉		
13 水	昼食	① カレーライス ② 切り干し大根のサラダ ③ スティックチーズ ④ りんご	ステイックチーズ→ウインナー			
	午後おやつ	① きつねうどん		干しうどん→きびめん		
14 木	昼食	① 麦入りごはん ② ほうれん草の中味噌汁 ③ さわらの梅ねぎ焼き ④ ひじきとさつまいもの中煮物 ⑤ バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 青菜サンド	牛乳→麦茶 バター→除去	丸パン→米粉パン		
15 金	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜スープ ③ 花焼壳 ④ 小松菜としらすのナムル ⑤ 甘夏		焼壳の皮→除去(肉団子)		
	午後おやつ	① 牛乳 ② アップルケーキ	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 バター→油 牛乳→豆乳	小麦粉→米粉		

※午前おやつ：牛乳→麦茶

日 曜	時間帯	献 立	乳	小麦	卵	ナツツ類 ピーナツ そば
16 土	昼食	①ごはん ②豆腐と小松菜の味噌汁 ③豚肉とれんこんの炒め煮 ④さつうりとえのきの餅の物				
	午後おやつ	①牛乳 ②さつま芋スコーン	牛乳→麦茶	さつま芋スコーン→米粉パンのジャムサンド		
18 月	昼食	①麦入りごはん ②野菜ときのこのスープ ③ポークチャップ ④ポテトサラダ ⑤清見オレンジ				
	午後おやつ	①牛乳 ②ぼたもち	牛乳→麦茶			
19 火	昼食	①みそラーメン ②ツナと大根のサラダ ③ゆでかぼちゃ ④バナナ		焼きそば麵→きびめん		
	午後おやつ	①牛乳 ②チーズおかかおにぎり	牛乳→麦茶 チーズ→除去			
21 木	昼食	①ごはん ②かぶのすまし汁 ③カレイの甘辛ソースかけ ④大豆のサラダ ⑤グレープフルーツ		小麦粉→除去		
	午後おやつ	①牛乳 ②インディアンスパゲティー	牛乳→麦茶	スパゲティー→きびめん		
22 金	昼食	①麦入りごはん ②チンゲン菜スープ ③家常豆腐 ④中華風もやし ⑤甘夏				
	午後おやつ	①牛乳 ②おさつパイ	牛乳→麦茶 バター→除去	餃子の皮→除去(さつま芋きんとん)		
23 土	昼食	①ごはん ②さつま芋の味噌汁 ③鶏肉のねぎ照焼き ④厚揚げとチンゲン菜の炒め物				
	午後おやつ	①牛乳 ②いちごジャムサンド	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン		
25 月	昼食	①ごはん ②大根の味噌汁 ③鮭の風味焼き ④三色おかか和え ⑤清見オレンジ		小麦粉→除去		
	午後おやつ	①牛乳 ②ツナ入りポテト焼き	牛乳→麦茶			
26 火	昼食	①ごはん ②里芋の味噌汁 ③鶏肉のレモン風味 ④白菜サラダ ⑤グレープフルーツ				
	午後おやつ	①牛乳 ②豆腐とバナナのケーキ	牛乳→麦茶	小麦粉→米粉		
27 水	昼食	①カレーライス ②切り干し大根のサラダ ③ステイクチーズ ④りんご	ステイクチーズ→ウインナー			
	午後おやつ	①きつねうどん		干しうどん→きびめん		
28 木	昼食	①麦入りごはん ②ほうれん草の味噌汁 ③さわらの梅ねぎ焼き ④ひじきとさつま芋の煮物 ⑤バナナ				
	午後おやつ	①牛乳 ②青菜サンド	牛乳→麦茶 バター→除去	丸パン→米粉パン		
29 金	昼食	①麦入りごはん ②白菜スープ ③花焼壳 ④小松菜としらすのナムル ⑤甘夏		焼壳の皮→除去(肉団子)		
	午後おやつ	①牛乳 ②アップルケーキ	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 バター→油 牛乳→豆乳	小麦粉→米粉		
30 土	昼食	①ごはん ②わかめと油揚げのすまし汁 ③豚肉と玉ねぎの味噌炒め ④かぼちゃの甘煮				
	午後おやつ	①牛乳 ②レモンシュガートースト	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン		

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶