

令和7年8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
01 金	昼食	① 麦入りごはん ② トマトスープ ③ 鶏肉のオニオンソース ④ スッキーニ炒め ⑤ グレープフルーツ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② オレンジトースト	牛乳→麦茶	オレンジトースト→米粉パンのマーマレードジャムトースト	オレンジトースト→マーマレードジャムトースト
02 土	昼食	① ごはん ② テンゲン菜スープ ③ チンジャオロース ④ 二色甘酢和え			
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナケーキ	牛乳→麦茶	バナナケーキ→米粉パンのジャムサンド	
04 月	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ 大根サラダ ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココア蒸しパン	牛乳→麦茶 牛乳→豆乳 バター→油	小麦粉→米粉	
05 火	昼食	① 麦入りごはん ② なすの味噌汁 ③ かじきのバーベキューソース ④ ひじきときゅうりのサラダ ⑤ パナナ			
	午後おやつ	① 豚とおくらのトロトロうどん		干しうどん→きびめん	
06 水	昼食	① ジャージャー麺 ② かぶのスープ ③ さつま芋のレモン煮 ④ スイカ			焼きそばめん→きびめん
	午後おやつ	① 牛乳 ② じゃこピラフ	牛乳→麦茶		
07 木	昼食	① ごはん ② 水菜のすまし汁 ③ 納豆炒め ④ キャベツのさっぱり和え ⑤ グレープフルーツ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこ揚げパン	牛乳→麦茶	丸パン→米粉パン	
08 金	昼食	① チキンカレー ② ブロッコリーサラダ ③ スティックチーズ ④ オレンジ		スティックチーズ→ウインナー	
	午後おやつ	① 牛乳 ② ヨーグルトババロアのブルーベリーソース ③ クラッカー	牛乳→麦茶 生クリーム→豆乳ホイップ ヨーグルト→豆乳ヨーグルト	クラッカー→せんべい	
09 土	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 豚肉と厚揚げの炒め煮 ④ 小松菜のお浸し			
	午後おやつ	① 牛乳 ② マシュマロクラッカーサンド	牛乳→麦茶	クラッカー→せんべい	
12 火	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 切干大根の味噌汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ キャベツとチーズのサラダ ⑤ オレンジ		サイコロチーズ→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のキャロットケーキ	牛乳→麦茶 牛乳→豆乳 バター→油 スキムミルク→除去		
13 水	昼食	① 麦入りごはん ② 冬瓜のすまし汁 ③ あじの蒲焼き ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ パナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナ入りポテト焼き	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去		
14 木	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 豚肉となすの味噌炒め ④ かぼちゃときこの煮物 ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② インディアンスバグティアー	牛乳→麦茶	スバグティアー→きびめん	
15 金	昼食	① 麦入りごはん ② 厚揚げの味噌汁 ③ さばのみりん焼き ④ きんぴらごぼう ⑤ バイナップル			
	午後おやつ	① 牛乳 ② そぼろおにぎり	牛乳→麦茶		
16 土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 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

日 曜	時間帯	献立	乳	小麦	卵
18 月	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ 大根サラダ ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココア蒸しパン	牛乳→麦茶 牛乳→豆乳 バター→油	小麦粉→米粉	
19 火	昼食	① 麦入りごはん ② なすの味噌汁 ③ かじきのバーベキューソース ④ ひじきときゅうりのサラダ ⑤ パナナ			
	午後おやつ	① 豚とおくらのトロロうどん		干しうどん→きびめん	
20 水	昼食	① ジャージャー麺 ② かぶのスープ ③ さつま芋のレモン煮 ④ スイカ		焼きそばめん→きびめん	
	午後おやつ	① 牛乳 ② じゃこピラフ	牛乳→麦茶		
21 木	昼食	① ごはん ② 水菜のすまし汁 ③ 納豆炒め ④ キャベツのさっぱり和え ⑤ グレープフルーツ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこ揚げパン	牛乳→麦茶	丸パン→米粉パン	
22 金	昼食	① チキンカレー ② ブロッコリーサラダ ③ スティックチーズ ④ オレンジ	スティックチーズ→ウインナー		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ヨーグルトババロアの ブルーベリーソース ③ クラッカー	牛乳→麦茶 生クリーム→豆乳ホイップ ヨーグルト→豆乳ヨーグルト	クラッカー→せんべい	
23 土	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 豚肉と厚揚げの炒め煮 ④ 小松菜のお浸し			
	午後おやつ	① 牛乳 ② マシュマロクラッカーサンド	牛乳→麦茶	クラッカー→せんべい	
25 月	昼食	① どうもろこしごはん ② 大根と小松菜のスープ ③ 照焼ハンバーグ ④ 青のりポテト ⑤ グレープフルーツ		ドライパン粉→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② オレンジトースト	牛乳→麦茶	オレンジトースト→米粉パンのマーマレードジャムトースト	オレンジトースト→マーマレードジャムトースト
26 火	昼食	① 麦入りごはん ② 冬瓜のすまし汁 ③ あじの蒲焼き ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ バイナップル			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナ入りポテト焼き	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去		
27 水	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 豚肉となすの味噌炒め ④ かぼちゃときこの煮物 ⑤ パナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② インディアンスバグティエ	牛乳→麦茶	スバグティエ→きびめん	
28 木	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 切干大根の味噌汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ キャベツとチーズのサラダ ⑤ オレンジ	サイコロチーズ→除去		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のキャロットケーキ	牛乳→麦茶 牛乳→豆乳 バター→油 スキムミルク→除去		
29 金	昼食	① 麦入りごはん ② 厚揚げの味噌汁 ③ さばのみりん焼き ④ きんぴらごぼう ⑤ バイナップル			
	午後おやつ	① 牛乳 ② そぼろおにぎり	牛乳→麦茶		
30 土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 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