

令和7年9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 月	昼食	① ごはん ② 冬瓜の味噌汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ ツナと大根の酢の物 ⑤ りんご			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 和風スバゲティー	牛乳→麦茶	スバゲティー→きびめん	
02 火	昼食	① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ かじきの竜田揚げ ④ さつま芋サラダ ⑤ グレープフルーツ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆腐ブラウニー	牛乳→麦茶	小麦粉→米粉	
03 水	昼食	① カレーうどん ② キャベツとごぼうのサラダ ③ かぼちゃ煮 ④ 梨		干しうどん→きびめん	
	午後おやつ	① 牛乳 ② きつねご飯	牛乳→麦茶		
04 木	昼食	① 菜めし ② 白菜のすまし汁 ③ 鮭のみそ焼き ④ 切干大根の煮物 ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズコーントースト	牛乳→麦茶 ビザ用チーズ→除去	食パン→米粉パン	
05 金	昼食	① ごはん ② レタススープ ③ ハンバーグ ④ 温野菜シーザーサラダ ⑤ バナナ	粉チーズ→除去	パン粉→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② じゃが芋の味噌がらめ	牛乳→麦茶		
06 土	昼食	① ごはん ② わかめと油揚げの味噌汁 ③ 豚肉のねぎ塩炒め ④ 白和え			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ブルーベリー蒸しパン	牛乳→麦茶	ブルーベリー蒸しパン→米粉パンのジャムサンド	
08 月	昼食	① ごはん ② じゃが芋のすまし汁 ③ さばのごまみそ焼 ④ きんぴら煮 ⑤ りんご			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 切干大根の塩焼きそば	牛乳→麦茶	焼きそばめん→きびめん	
09 火	昼食	① 三色そばろ丼 ② お麩の味噌汁 ③ 高野豆腐と野菜の煮物 ④ 柿		焼麩→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② カルピス蒸しパン	牛乳→麦茶 カルピス→除去 牛乳→豆乳	小麦粉→米粉	
10 水	昼食	① 麦入りごはん ② 舞茸の味噌汁 ③ 手作りがんも ④ 白菜とほうれん草の胡麻和え ⑤ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② コアラスク	牛乳→麦茶 バター→油	食パン→米粉パン	
11 木	昼食	① 麦入りごはん ② 秋味豆乳チャウダー ③ 鶏肉のトマトソースかけ ④ ポイルブロックロー ⑤ グレープフルーツ			
	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 牛乳→豆乳 バター→油	小麦粉→米粉	
12 金	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ 回鍋肉 ④ 中華風もやし ⑤ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大豆のスコーン	牛乳→麦茶 バター→油 牛乳→豆乳	小麦粉→米粉	
13 土	昼食	① ごはん ② 小松菜の味噌汁 ③ 肉豆腐 ④ 大根の和風サラダ			
	午後おやつ	① 牛乳	牛乳→麦茶		

	②	フレーバー			
--	---	-------	--	--	--

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶

日 曜	時間帯	献立	乳	小麦	卵
16 火	昼食	① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ かじきの竜田揚げ ④ さつま芋サラダ ⑤ グレープフルーツ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆腐ブラウニー	牛乳→麦茶	小麦粉→米粉	
17 水	昼食	① カレーうどん ② キャベツとごぼうのサラダ ③ かぼちゃ煮 ④ 梨		干しうどん→きびめん	
	午後おやつ	① 牛乳 ② きつねご飯	牛乳→麦茶		
18 木	昼食	① 菜めし ② 白菜のすまし汁 ③ 鮭のみそ焼き ④ 切干大根の煮物 ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズコーントースト	牛乳→麦茶 ピザ用チーズ→除去	食パン→米粉パン	
19 金	昼食	① ごはん ② レタススープ ③ ハンバーグ ④ 温野菜シーザーサラダ ⑤ パナナ	粉チーズ→除去	パン粉→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② じゃが芋の味噌がらめ	牛乳→麦茶		
20 土	昼食	① ごはん ② わかめと油揚げの味噌汁 ③ 豚肉のねぎ塩炒め ④ 白和え			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ブルーベリー蒸しパン	牛乳→麦茶	ブルーベリー蒸しパン→米粉パンのジャムサンド	
22 月	昼食	① ごはん ② 冬瓜の味噌汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ ツナと大根の酢の物 ⑤ りんご			
	午後おやつ	① 牛乳 ② おはぎ	牛乳→麦茶		
24 水	昼食	① 麦入りごはん ② 舞茸の味噌汁 ③ 手作りがんも ④ 白菜とほうれん草の胡麻和え ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアラスク	牛乳→麦茶 バター→油	食パン→米粉パン	
25 木	昼食	① 麦入りごはん ② 秋味豆乳チャウダー ③ 鶏肉のトマトソースかけ ④ ポイルブロッコリー ⑤ グレープフルーツ			
	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 牛乳→豆乳 バター→油	小麦粉→米粉	
26 金	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ 回鍋肉 ④ 中華風もやし ⑤ パナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大豆のスコーン	牛乳→麦茶 バター→油 牛乳→豆乳	小麦粉→米粉	
27 土	昼食	① ごはん ② 小松菜の味噌汁 ③ 肉豆腐 ④ 大根の和風サラダ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② フレークバー	牛乳→麦茶		
29 月	昼食	① ごはん ② じゃが芋のすまし汁 ③ 鶏肉のごまみそ焼 ④ きんぴら煮 ⑤ りんご			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 切干大根の塩焼きそば	牛乳→麦茶	焼きそばめん→きびめん	
30 火	昼食	① 三色そばろ丼 ② お麩の味噌汁 ③ 高野豆腐と野菜の煮物 ④ 柿		焼麩→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② カルピス蒸しパン	牛乳→麦茶 カルピス→除去 牛乳→豆乳	小麦粉→米粉	

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶