

令和7年10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	昼食		麦入りごはん			
水			中華スープ 酢鶏			
		4	ブロッコリーのナムル			
	午後おやつ		バナナ 牛乳	牛乳→麦茶	-	
	1 1007 (-)	2	りんごジャムサンド	7 Tb / 2/K	食パン→米粉パン	
02	昼食	_	麦入りごはん 豆腐となめこの味噌汁			
小			おろしハンバーグ		パン粉→除去	
			小松菜の和え物			
	午後おやつ		オレンジ 牛乳			
00			チーズ入りお好み焼き	サイコロチーズ→除去	小麦粉→米粉	
03 金	昼食		麦入りごはん 厚揚げと大根の味噌汁			
			鮭の南蛮漬け			
			さつま芋の甘煮 梨			
0.4	午後おやつ		ほうとう風うどん		うどん→きびめん	
04 H	昼食		ごはん かぶのすまし汁			
		3	鶏肉の味噌焼き			
	午後おやつ		ベーコンと野菜のソテー 牛乳			
		2	バナナケーキ		バナナケーキ→米粉パンのジャムサンド	
06 月	昼食		麦入りごはん 大根としめじの味噌汁			
,,		3	鶏肉のマーマレード焼き			
			白菜とほうれん草のごま和え オレンジ			
	午後おやつ	1	牛乳	牛乳→麦茶		
07	昼食		きなこトースト スパゲティーミートソース	バター→油	食パン→米粉パン スパゲティー→きびめん	
火		2	小松菜スープ			
			かぼちゃサラダ グレープフルーツ			
	午後おやつ		牛乳	牛乳→麦茶		
08	昼食		ひじきごはん ごはん			
水	<u> </u>	2	切干大根の味噌汁			
			かじきのにんにく醤油焼き 五目煮豆			
		(5)	梨			
	午後おやつ		牛乳 ほうれん草とチーズのスコーン	牛乳→麦茶 バター→油 牛乳→豆乳 ピザ用チーズ→除去	小麦粉→米粉	
0,9	昼食	1	ふきよせごはん	75 75 250 250 250 250 250 250 250 250 250 25	3 2 1 1 1 1 2	
木		_	キャベツのすまし汁 豆腐入り松風焼き		パン粉→除去	
		4	おかか和え		13.2	
	午後おやつ		バナナ 牛乳.			
		2	コーンフレークボール	生クリーム→豆乳		
10金	昼食	_	麦入りごはん かぽちゃスープ			
		3	チキンカツ		小麦粉・パン粉→除去	
			コーンキャベツサラダ りんご			
		1	あんかけラーメン		焼きそばめん→きびめん	
11 土	昼食		ごはん なすの味噌汁			
		3	豚肉と大根の煮物			
	午後おやつ		きゅうりとえのきの酢の物 牛乳	牛乳→麦茶	+	
4.4		2	マーマレードジャムサンド		食パン→米粉パン	
14 火	昼食	_	さつま芋のカレー 切干大根としらすのサラダ			
		3	スティックチーズ	スティックチーズ→ウインナー		
	午後おやつ		グレープフルーツ 牛乳	牛乳→麦茶		
1-		2	りんごとレーズンの蒸しパン	スキムミルク→除去 牛乳→豆乳 バター→油	小麦粉→米粉	
15 水	昼食	_	ごま塩ごはん 白菜の味噌汁			
		3	すき焼き風煮			
			スティックきゅうり オレンジ			
	午後おやつ	1	牛乳	牛乳→麦茶	± 11°> 1/4/\ 11°>	
16	昼食		パンプキンサンド ごはん	バター→除去	丸パン→米粉パン	
木		2	じゃが芋とほうれん草のすまし汁			
			さばの味噌煮 カラフルきんぴら			
	he Mr. Loci	(5)	柿	4.5		
	午後おやつ		牛乳	牛乳→麦茶		
		2	オレンジムース	ヨーグルト→豆乳ヨーグルト 生クリーム→豆乳ホイップ		

日/曜	時間帯	献立	乳	小麦	卵
	昼食	① 親子丼	30	タル	卵→コーン缶
17 金	堂艮	② 舞茸と里芋の味噌汁			рг · □
1		③ 白菜と小松菜のおひたし			
1	午後おやつ	④ バナナ① 牛乳	牛乳→麦茶		
	, , , , ,	② 高野豆腐のドーナッツ	牛乳→豆乳 バター→油	小麦粉→米粉	
18 ±	昼食	① ごはん② かぶのすまし汁			
_		③ 鶏肉の味噌焼き			
		④ ベーコンと野菜のソテー			
	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	
20	昼食	① 麦入りごはん			
月		② 大根としめじの味噌汁 ③ 鶏肉のマーマレード焼き			
		④ 対域ので、マントがご④ 白菜とほうれん草のごま和え			
	ケダヤやつ	⑤ オレンジ	小 园、字景		
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこトースト	牛乳→麦茶 バター→油	食パン→米粉パン	
21	昼食	① スパゲティーミートソース		スパゲティー→きびめん	
火		② 小松菜スープ ③ かぼちゃサラダ			
		④ グレープフルーツ			
	午後おやつ	① 牛乳② ひじきごはん	牛乳→麦茶		
22	昼食	① ごはん			
水		② 切干大根の味噌汁③ かじきのにんにく醤油焼き			
		④ 五目煮豆			
1	午後おやつ	⑤ 梨 ① 牛乳	牛乳→麦茶		
	十仮のヤノ	① 千孔 ② ほうれん草とチーズのスコーン	十孔→支宋 バター→油 牛乳→豆乳 ピザ用チーズ→除去	小麦粉→米粉	
23	昼食	① ふきよせごはん			
木		② キャベツのすまし汁 ③ 豆腐入り松風焼き		パン粉→除去	
		④ おかか和え			
	午後おやつ	⑤ バナナ① 牛乳	牛乳→麦茶		
	1807(2	② コーンフレークボール	生クリーム→豆乳		
24 金	昼食	① 麦入りごはん② かぼちゃスープ			
317		③ チキンカツ		小麦粉・パン粉→除去	
		④ コーンキャベツサラダ⑤ りんご			
	午後おやつ	① あんかけラーメン		焼きそばめん→きびめん	
25	昼食	① ごはん② なすの味噌汁			
土		③ 豚肉と大根の煮物			
	F# +11-	④ きゅうりとえのきの酢の物	4.51		
	午後おやつ	1 牛乳2 マーマレードジャムサンド	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン	
27	昼食	① 麦入りごはん			
月		② 厚揚げと大根の味噌汁③ 鮭の南蛮漬け			
		④ さつま芋の甘煮			
	午後おやつ	⑤ 梨① ほうとう風うどん		うどん→きびめん	
28	昼食	① さつま芋のカレー		2 -10 - 2 - 3 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10 - 10	
火		② 切干大根としらすのサラダ③ スティックチーズ	スティックチーズ→ウインナー		
		④ グレープフルーツ			
1	午後おやつ	① 牛乳② りんごとレーズンの蒸しパン	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	
29	昼食	のめことレースフの蒸しハフごま塩ごはん	ハコムベルノ・「原ム 十孔マ立孔 ハツーラ出	CANAN CANAN	1
水		② 白菜の味噌汁			
		③ すき焼き風煮④ スティックきゅうり			
	he Mr. Loui	⑤ オレンジ	4.51 +++		
1	午後おやつ	① 牛乳② ハロウィンパンプキンサンド	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン	
30	昼食	① ごはん			
木		② じゃが芋とほうれん草のすまし汁 ③ さばの味噌煮			
1		④ カラフルきんびら			
	午後おやつ	⑤ 柿① 牛乳	牛乳→麦茶		
	1 1207 1 7	② オレンジムース	+ 孔 → 友 ポ ヨーグルト → 豆乳ヨーグルト 生クリーム → 豆乳ホイップ		
21	昼食	③ クラッカー① 親子丼		クラッカー→せんべい	卵→コーン缶
31 金	空民	② 舞茸と里芋の味噌汁			₩ -
1		③ 白菜と小松菜のおひたし			
1	午後おやつ	④ バナナ① 牛乳	牛乳→麦茶		
		② 高野豆腐のドーナッツ	牛乳→豆乳 バター→油	小麦粉→米粉	