

令和8年1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	卵
05 月	昼食	①チキンカレーライス ②切干大根としらすの酢の物 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パンケーキのいちごソースかけ	牛乳→麦茶	
06 火	昼食	①麦入りごはん ②豆腐と水菜のすまし汁 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	牛乳→麦茶 牛乳→豆乳	
07 水	昼食	①クリームスパゲティー 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	牛乳→豆乳 バター→除去	
	午後おやつ	①七草かゆ		
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	牛乳→麦茶 バター→油 牛乳→豆乳 スキムミルク→除去	
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		
	午後おやつ	①牛乳 ②サモサ	牛乳→麦茶	
10 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プ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	牛乳→麦茶	
13 火	昼食	①ごはん ②春雨スープ ③マーポー豆腐 ④中華風きゅうり ⑤オレンジ		
	午後おやつ	①牛乳 ②大学かぼちゃ	牛乳→麦茶	
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	粉チーズ→除去	
	午後おやつ	①牛乳 ②米粉のオレンジ蒸しパン	牛乳→麦茶	
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	牛乳→麦茶	
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		
	午後おやつ	①牛乳 ②ピーフン	牛乳→麦茶	
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	牛乳→麦茶	
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パンケーキのいちごソースかけ	牛乳→麦茶	

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶

日 曜	時間帯	献 立	乳	卵
20 火	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐と水菜のすまし汁 ③ 鮭のちゃんちゃん焼き ④ さつまいのレモン煮 ⑤ みかん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアクリームサンド	牛乳→麦茶 牛乳→豆乳	
21 水	昼食	① クリームスパゲティー 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	牛乳→豆乳 バター→除去	
	午後おやつ	① 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	牛乳→麦茶 バター→油 牛乳→豆乳 スキムミルク→除去	
23 金	昼食	① ごはん ② 豚汁 ③ カレイのおりし醤油がけ ④ ひじきと大豆の煮物 ⑤ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② サモサ	牛乳→麦茶	
24 土	昼食	① ごはん ② さつまいの味噌汁 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	牛乳→麦茶	
26 月	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーポー豆腐 ④ 中華風きゅうり ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大学かぼちゃ	牛乳→麦茶	
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 ひじきのミルクブレッド	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 バター→油	
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	粉チーズ→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のオレンジ蒸しパン	牛乳→麦茶	
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	牛乳→麦茶	
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		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ピーフン	牛乳→麦茶	
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	牛乳→麦茶	

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶