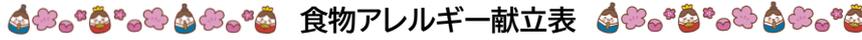


令和8年3月



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	卵
02月	昼食	① 花ごはん ② 麩と水菜のすまし汁 ③ 鶏肉のみそ焼き ④ 白菜と菜の花のごま和え ⑤ 清見オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 芋ようかん	牛乳→麦茶	
03火	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 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	
04水	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		
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズおかかおにぎり	牛乳→麦茶 サイコロチーズ→除去	
05木	昼食	① 人参ピラフ ② 豆乳チャウダー ③ タンドリーチキン ④ フロッキーサラダ ⑤ 青のりポテト ⑥ フルーツボンチ		
	午後おやつ	① 牛乳 ③ ミートソースパゲティ	牛乳→麦茶	
06金	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜スープ ③ 花焼売 ④ 小松菜としらすのナムル ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② おさつパイ	牛乳→麦茶 バター→除去	
07土	昼食	① ごはん ② わかめの味噌汁 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 ブルーベリーサンド	牛乳→麦茶	
09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 レーズン蒸しパン	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 バター→油 牛乳→豆乳	
10火	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 鮭の風味焼き ④ 三色おかか和え ⑤ 甘夏		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナ入りポテト焼き	牛乳→麦茶	
11水	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 バナナケーキ	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 バター→油 牛乳→豆乳	
12木	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		
	午後おやつ	① きつねうどん	スティックチーズ→ウインナー	
13金	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 ココア揚げばん	牛乳→麦茶	
14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 マシュマロクラッカーサンド	牛乳→麦茶	
16月	昼食	① ごはん ② じゃが芋のすまし汁 ③ カレイの甘辛ソースかけ ④ 大豆のサラダ ⑤ 清見オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 芋ようかん	牛乳→麦茶	

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶

日 曜	時間帯	献立	乳	卵
17 火	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 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	
18 水	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		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ぼたもち	牛乳→麦茶	
19 木	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐となめこの味噌汁 ③ 筑前煮 ④ ブロッコリーのごま和え ⑤ りんご		
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこトースト	牛乳→麦茶 バター→油	
21 土	昼食	① ごはん ② わかめの味噌汁 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 ブルーベリーサンド	牛乳→麦茶	
23 月	昼食	① 麦入りごはん ② 野菜ときこのスープ 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 レーズン蒸しパン	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 牛乳→豆乳 バター→油	
24 火	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 鮭の風味焼き ④ 三色おかか和え ⑤ 甘夏		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナ入りポテト焼き	牛乳→麦茶	
25 水	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 バナナケーキ	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去 バター→油 牛乳→豆乳	
26 木	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		
	午後おやつ	① きつねうどん	スティックチーズ→ウインナー	
27 金	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 ココア揚げぱん	牛乳→麦茶	
28 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 マシュマロクラッカーサンド	牛乳→麦茶	
30 月	昼食	① ごはん ② わかめとじゃが芋のすまし汁 ③ 豚肉と玉葱の味噌炒め ④ かぼちゃの甘煮 ⑤ 清見オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② レモンシユガートースト	牛乳→麦茶	
31 火	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜スープ ③ 花焼売 ④ 小松菜としらすのナムル ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② おさつパイ	牛乳→麦茶 バター→除去	

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶