

令和5年2月

アレルギー献立表

きたひだまり保育園

組 氏名

日 曜	時間帯	献立	卵	ナッツ類(アーモンド・ピーナッツ等)
1 水	昼食	① あんかけ焼きそば ② 高野豆腐とわかめのスープ ③ ツナとかぼちゃのサラダ ④ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② リゾット		
2 木	昼食	① 麦入りごはん ② 水菜と麩の味噌汁 ③ ぶりの甘辛煮 ④ 白和え ⑤ りんご		
	午後おやつ	① 牛乳 ② かぼちゃもちのシュガーバター		
3 金	昼食	① 節分キーマカレー ② 白菜スープ ③ ブロッコリーときのこのサラダ ④ ポンカン		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 鬼の蒸しパン		
4 土	昼食	① ごはん ② 厚揚げとほうれん草の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ スティックきゅうり		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアトースト		
6 月	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 豆腐とひじきのレンコンバーグ ④ 切干大根の煮物 ⑤ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナの和風パンネ		
7 火	昼食	① 大豆とじゃこのごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 鶏肉と大根の五目煮 ④ 白菜と小松菜のおかか和え ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② もちもち芋まんじゅう		
8 水	昼食	① 麦入りごはん ② なすの味噌汁 ③ メンチカツ ④ キャベツのサラダ ⑤ りんご		
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごジャムサンド		
9 木	昼食	① スープパゲティー ② コロコロサラダ ③ バイクドポテト ④ ポンカン		
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこおにぎり		
10 金	昼食	① 麦入りごはん ② 小松菜と麩のすまし汁 ③ かじきのみそ焼き ④ レンコンのきんぴら ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② フルーツパンケーキ		
13 月	昼食	① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ さばのトマトソースかけ ④ 大豆とさつまいものサラダ ⑤ はっさく		
	午後おやつ	① 麦茶 ② 肉うどん		
14 火	昼食	① ごはん ② のっぺい汁 ③ 豚肉の生姜焼き ④ 花野菜のごま和え ⑤ いやかん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズコーントースト		
15 水	昼食	① あんかけ焼きそば ② 高野豆腐とわかめのスープ ③ ツナとかぼちゃのサラダ ④ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② リゾット		

