アレルギー献立表

令和5年9月　　組　氏名　　きたひだまり保育園

日 曜	時間帯	献立	卵		ナッツ類(アーモンド・ピーナッツ等)	
01 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				
02 土	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 肉豆腐 ④ さつま芋の甘煮				
	午後おやつ	① 牛乳 ② フレークバー				
04 月	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				
05 火	昼食	① ごはん ② 冬瓜の味噌汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ しらすと大根の酢の物 ⑤ バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 和風スパゲティー				
06 水	昼食	① カレーうどん ② キャベツとごぼうのサラダ ③ かぼちゃ甘煮 ④ 梨				
	午後おやつ	① 牛乳 ② きつねご飯				
07 木	昼食	① 菜めし ② 白菜のすまし汁 ③ 鮭のみそ焼き ④ 切干大根とさつま芋の煮物 ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ﾁｰｽﾞ コーントースト				
08 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				
	午後おやつ	① 牛乳 ② じゃが芋の味噌がらめ				
09 土	昼食	① ごはん ② わかめともやしの味噌汁 ③ 豚肉のねぎ塩炒め ④ 白和え				
	午後おやつ	① 牛乳 ② かぼちゃスコーン				
11 月	昼食	① 麦入りごはん ② 秋味豆乳チャウダー ③ カレイのトマトソースかけ ④ ボイルブロッコリー ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナケーキ				
12 火	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 バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 切干大根の塩焼きそば				
13 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 白菜と小松菜の胡麻和え ⑤ 柿				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアラスク				
14 木	昼食	① 三色そぼろ丼 ② お麩の味噌汁 ③ 高野豆腐と野菜の煮物 ④ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② カルピス蒸しパン				

日 曜	時間帯	献立	卵		ナッツ類(アーモンド・ピーナッツ等)	
15 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				
16 土	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 肉豆腐 ④ さつま芋の甘煮				
	午後おやつ	① 牛乳 ② フレークバー				
19 火	昼食	① ごはん ② 冬瓜の味噌汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ しらすと大根の酢の物 ⑤ バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 和風スパゲティー				
20 水	昼食	① カレーうどん ② キャベツとごぼうのサラダ ③ かぼちゃ甘煮 ④ 梨				
	午後おやつ	① 牛乳 ② きつねご飯				
21 木	昼食	① 菜めし ② 白菜のすまし汁 ③ 鮭のみそ焼き ④ 切干大根とさつま芋の煮物 ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ﾁｰｽﾞコーントースト				
22 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				
	午後おやつ	① 牛乳 ② じゃが芋の味噌がらめ				
25 月	昼食	① 麦入りごはん ② 秋味豆乳チャウダー ③ カレイのトマトソースかけ ④ ボイルブロッコリー ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナケーキ				
26 火	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 バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 切干大根の塩焼きそば				
27 水	昼食	① 麦入りごはん ② コンソメスープ ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ ポテトサラダ ⑤ バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② フルーツゼリー ③ せんべい				
28 木	昼食	① 三色そぼろ丼 ② お麩の味噌汁 ③ 高野豆腐と野菜の煮物 ④ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② カルピス蒸しパン				
29 金	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				
30 土	昼食	① ごはん ② わかめともやしの味噌汁 ③ 豚肉のねぎ塩炒め ④ 白和え				
	午後おやつ	① 牛乳 ② かぼちゃスコーン				

※乳児クラスは、午前のおやつとして、牛乳がつきます。
※園の行事、その他の都合で、献立を変更する場合があります。

保護者確認		担任確認		調理確認		園長確認	
日付	印鑑	日付	印鑑	日付	印鑑	日付	印鑑