

卵・ナッツ類 アレルギー献立表

組 氏名

令和6年7月

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)
01 月	昼食	① ごはん ② 豆腐と春雨のスープ ③ 麻婆茄子 ④ スティックきゅうり ⑤ パイナップル		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ハムチーズトースト		
02 火	昼食	① ごはん ② オクラの味噌汁 ③ さばのごま照り焼き 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 フルーツヨーグルト ③ クラッカー		
03 水	昼食	① なすのトマトスパゲティー ② レタススープ ③ ポテトサラダ ④ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 中華風おこわ		
04 木	昼食	① 麦入りごはん ② けんちん汁 ③ あじフライ ④ 甘酢和え ⑤ メロン		
	午後おやつ	① 牛乳 ② レーズンケーキ		
05 金	昼食	① セブチカレーライス ② コーンサラダ ③ 棒チーズ ④ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② フルーツゼリー ③ せんべい		
06 土	昼食	① ごはん ② じゃが芋の味噌汁 ③ 豚肉とれんこんの炒め煮 ④ きゅうりとわかめの三杯酢		
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごのスコーン		
08 月	昼食	① ごはん ② 切干大根のスープ ③ 鶏肉のトマト煮 ④ 粉ふき芋 ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② マカロニきな粉		
09 火	昼食	① 麦入りごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 豆腐とれんこんのつくね焼き ④ おくらのおかか和え ⑤ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 野菜マフィン		
10 水	昼食	① 麦入りごはん ② 鶏肉と冬瓜のすまし汁 ③ キャベツと豚肉のみそ炒め ④ 茹でとうもろこし ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ミルキークリームパン		
11 木	昼食	① 梅しらすご飯 ② 水菜の味噌汁 ③ 鶏肉の竜田揚げ ④ フロccoliとしめじの和え物 ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 芋ようかん		
12 金	昼食	① ソース焼きそば ② 豆腐とわかめのスープ ③ 大根ときゅうりの酢の物 ④ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のオレンジ蒸しパン		
13 土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめの味噌汁 ③ じゃが芋のそぼろ煮 ④ チンゲン菜のお浸し		
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンフレーク バナナ添え		
16 火	昼食	① ごはん ② 豆腐の味噌汁 ③ さばのごま照り焼き 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 フルーツヨーグルト ③ クラッカー		

