

乳・乳製品 小麦アレルギー 個別対応 献立表

きたひだまり保育園

令和6年10月

組 氏名

日曜	時間帯	献立	乳・乳製品	小麦	豚肉
1 火	昼食	① ごはん ② じゃが芋と小松菜のすまし汁 ③ さばの味噌煮 ④ カラフルきんぴら ⑤ グレープフルーツ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② オレンジジュース ③ クラッカー	①牛乳→豆乳 ②オレンジジュース→ゼリー		
2 水	昼食	① 麦入りごはん ② チンゲン菜の中華スープ ③ 酢鶏 ④ ブロッコリーのナムル ⑤ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ブルーベリーサンド	①牛乳→豆乳		
3 木	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐となめこの味噌汁 ③ おろしハンバーグ ④ 小松菜の和え物 ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズ入りお好み焼き	①牛乳→豆乳 ②チーズ→除去	②小麦粉→米粉	②豚肉→鶏肉
4 金	昼食	① 麦入りごはん ② 厚揚げと大根の味噌汁 ③ 鮭の南蛮漬け ④ さつまいもの甘煮 ⑤ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ほうとう風うどん	①牛乳→豆乳		
5 土	昼食	① ごはん ② なすの味噌汁 ③ 豚肉と大根の煮物 ④ きゅうりとえのきの酢の物			
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごジャムサンド	①牛乳→豆乳		
7 月	昼食	① 麦入りごはん ② 大根としめじの味噌汁 ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ 白菜と小松菜のごま和え ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② さつまいもの蒸しパン	①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去、牛乳→豆乳、バター→油	②小麦粉→米粉	
8 火	昼食	① さつまいものカレー ② 切干大根ときゅうりのサラダ ③ 棒チーズ ④ バナナ	③棒チーズ→除去		
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこトースト	①牛乳→豆乳 ②バター→油	②ブルマンホワイト→米粉パン	
9 水	昼食	① ごはん ② 切干大根の味噌汁 ③ かじきのにんにく醤油焼き ④ 五目煮豆 ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ほうれん草とチーズのスコーン	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳、ピザ用チーズ→除去	②小麦粉→米粉	
10 木	昼食	① ふきよせごはん ② キャベツのすまし汁 ③ 豆腐入り松風焼き ④ おかか和え ⑤ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンフレークボール	①牛乳→豆乳 ②生クリーム→除去、牛乳→豆乳		
11 金	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃスープ ③ チキンカツ ④ コーンキャベツサラダ ⑤ オレンジ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② あんかけラーメン	①牛乳→豆乳		
12 土	昼食	① ごはん ② かぶのすまし汁 ③ 鶏肉の味噌焼き ④ ベーコンとチンゲン菜の炒め物			
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナ ③ ぱりんこ	①牛乳→豆乳		
15 火	昼食	① スパゲティミートソース ② 小松菜スープ ③ かぼちゃサラダ ④ グレープフルーツ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② ひじきごはん	①牛乳→豆乳		
16 水	昼食	① 親子丼 ② 舞茸と里芋の味噌汁 ③ 白菜と小松菜のおひたし ④ バナナ			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 高野豆腐のドーナッツ	①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→油	②小麦粉→米粉	

