

卵 ナッツ類 アレルギー 献立表

きたひだまり保育園

令和7年1月

組 氏名

日曜	時間帯	献立	卵	ナッツ類(ピーナッツ・ナッツ類すべて)
4 土	昼食	① ごはん ② 麩とわかめの味噌汁 ③ 高野豆腐と豚ひき肉の煮物 ④ 粉ふき芋		
	午後おやつ	① 牛乳 ② マカロニのあべ川		
6 月	昼食	① チキンカレーライス ② 切り干し大根としらすの酢の物 ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② スポンジケーキのいちごソースがけ		
7 火	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 豆腐のすまし汁 ③ 鮭のちゃんちゃん焼き ④ さつま芋のレモン煮 ⑤ みかん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアクリームサンド		
8 水	昼食	① クリームスパゲティ ② 白菜スープ ③ キャベツとれんこんのツナサラダ ④ バナナ		
	午後おやつ	① 麦茶 ② 中華風おこわ		
9 木	昼食	① 麦入りごはん ② けんちん汁 ③ 鶏の照り焼き ④ チンゲン菜と人参のソテー ⑤ みかん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナマフィン		
10 金	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ カレイのおろし醤油がけ ④ 五目煮豆 ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② サモサ		
11 土	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 豚肉と大根の煮物 ④ ブロッコリーのおかか和え		
	午後おやつ	① 牛乳 ② マフィン	②マフィン→米粉パンブルーベリーサンド	
14 月	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーボー豆腐 ④ 中華風きゅうり ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 大学かぼちゃ		
15 水	昼食	① 人参ピラフ ② ミネストローネスープ ③ 鶏肉のチーズパン粉焼き ④ 花野菜サラダ ⑤ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のオレンジ蒸しパン		
16 木	昼食	① 麦入りごはん ② 里芋の味噌汁 ③ 豆腐入りミートローフ ④ ほうれん草とエリンギのソテー ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすトースト		
17 金	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ かじきのかき揚げ ④ 紅白なます ⑤ みかん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ビーフン		
18 土	昼食	① ごはん ② 小松菜の味噌汁 ③ 厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め ④ 粉ふき芋		
	午後おやつ	① 牛乳 ② マカロニのあべ川		

