

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3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)
1 土	昼食	① ごはん ② わかめと油揚げのすまし汁 ③ 豚肉と玉葱の味噌炒め ④ かぼちゃの甘煮		
	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	
3 月	昼食	① 麦入りごはん ② 大根の味噌汁 ③ 鶏の照り焼き ④ ポテトサラダ ⑤ 清美オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごジャムサンド		
4 火	昼食	① みそラーメン ② ツナと大根のサラダ ③ ゆでかぼちゃ ④ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズおかかおにぎり		
5 水	昼食	① じゃこごはん ② 豆腐となめこの味噌汁 ③ 筑前煮 ④ ブロッコリーのごま和え ⑤ 清美オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなことトースト		
6 木	昼食	① ごはん ② かぶのすまし汁 ③ カレイの甘辛ソースかけ ④ 大豆のサラダ ⑤ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② インディアンスパゲティー		
7 金	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② なめこの味噌汁 ③ ハンバーグ ④ 青のりポテト ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアクリームサンド		
8 土	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ 鶏肉のねぎ照焼き ④ 厚揚げとチンゲン菜の炒め物		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ブルーベリーサンド		
10 月	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 鮭の風味焼き ④ 三色おかか和え ⑤ 清見オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナ入りポテト焼き		
11 火	昼食	① ごはん ② 里芋の味噌汁 ③ 鶏肉のレモン風味 ④ 白菜サラダ ⑤ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆腐とバナナのケーキ		
12 水	昼食	① カレーライス ② 切り干し大根のサラダ ③ 棒チーズ ④ 清美オレンジ		
	午後おやつ	① 麦茶 ② きつねうどん		
13 木	昼食	① 麦入りごはん ② ほうれん草の味噌汁 ③ さわらの梅ねぎ焼き ④ ひじきとさつま芋の煮物 ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココア揚げぱん		
14 金	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜スープ ③ 豆腐とれんこんのつくね焼き ④ 小松菜としらすのナムル ⑤ 甘夏		
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごマフィン		

