

小麦 乳・乳製品 卵アレルギー 献立表

きたひだまり保育園

令和7年7月

組 氏名

| 日 曜 | 時間帯 | 献立 | 小麦 | 乳・乳製品 | 卵 |
|------|-------|--|-------------------------|------------------------|---------------------|
| 1 火 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② かぼちゃの味噌汁 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 | ③ドライパン粉→除去 | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 野菜マフィン | ②小麦粉→米粉 | | |
| 2 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 パナナ | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② ミルキークリームパン | ②デュラムファイン→米粉パン、小麦粉→米粉 | | |
| 3 木 | 昼食 | ① 梅しらすご飯 ② 水菜の味噌汁 ③ 鶏肉の生姜焼き ④ ブロッコリーとしめじの和え物 ⑤ オレンジ | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 芋ようかん | | | |
| 4 金 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② 大根となめこの味噌汁 ③ 鮭のネギ塩焼き ④ ほうれん草の白和え ⑤ スイカ | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 米粉のオレンジ蒸しパン | | | |
| 5 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 マフィン ③ マシュマロ | ②マフィン→米粉パンブルーベリーサンド | ②マフィン→米粉パンブルーベリーサンド | ②マフィン→米粉パンブルーベリーサンド |
| 7 月 | 昼食 | ① セタカレーライス ② コーンサラダ ③ 棒チーズ ④ パイナップル | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② フルーツゼリー ③ せんべい | ③せんべい→ソフトサラダせんべい | | |
| 8 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 | ③クラッカー→ソフトサラダせんべい | | |
| 9 水 | 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 オレンジ | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② マカロニきなこ | ②マカロニ→米粉マカロニ | | |
| 10 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 | ③ドライパン粉→除去 | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② レーズンケーキ | ②小麦粉→米粉 | ②スキムミルク→除去、バター→油、牛乳→豆乳 | |
| 11 金 | 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 パナナ | ①スパゲティー→きびめん | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 中華風おこわ | | | |
| 12 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 | ②ミックス粉→米粉、ベーキングパウダー、三温糖 | | |
| 14 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 粉心き芋 ⑤ オレンジ | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② いちごジャムサンド | ②ブルマンホワイト→米粉パン | | |
| 15 火 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② かぼちゃの味噌汁 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 | ③ドライパン粉→除去 | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 野菜マフィン | ②小麦粉→米粉 | | |

