

卵 ナッツ類 アレルギー 献立表

きたひだまり保育園

令和8年1月

組 氏名

日 曜	時間帯	献立	卵	ナッツ類すべて
5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		
6火	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐と水菜のすまし汁 ③ 鮭のちゃんちゃん焼き ④ さつまいものレモン煮 ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココアクリームサンド		
7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		
8木	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② かぶの味噌汁 ③ 鶏の照り焼き ④ チンゲン菜と人参のソテー ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナマフィン		
9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 グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② サモサ		
10土	昼食	① ごはん ② さつまいもの味噌汁 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 豆腐ブラウニー		
13火	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		
14水	昼食	① 人参ピラフ ② トマトスープ ③ 鶏肉のチーズパン粉焼き ④ 花野菜サラダ ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のオレンジ蒸しパン		
15木	昼食	① 麦入りごはん ② さつまいもの味噌汁 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 グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすトースト		
16金	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ さばの塩焼き ④ カラフルきんぴら ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳 ② ビーフン		
17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		

