

アレルギー献立表

2026年05月

きたひだまり保育園

日曜	時間帯	献立	卵	ナッツ類
01 金	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりの煮魚 ④ さつま芋の白和え ⑤ ジューシーオレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ヨーグルト蒸しパン		
02 土	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 回鍋肉 ④ 中華風きゅうり		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② メロンパン	メロンパン→ブルーベリーサンド	
07 木	昼食	① カレーライス ② 切り干し大根としらすのサラダ ③ 棒チーズ 1本 ④ グレープフルーツ		
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② フルーツ牛乳かん ③ クラッカー		
08 金	昼食	① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁 ③ カレイの野菜あんかけ ④ 梅肉和え ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② パンプキンサンド		
09 土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② お麩ラスク ③ さつま芋マッシュ		
11 月	昼食	① ごはん ② なめこと大根の味噌汁 ③ 肉豆腐 ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ オレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② レーズンケーキ		
12 火	昼食	① ごはん ② じゃが芋のスープ ③ 鮭のパン粉焼き 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(午後おやつ) ② 揚げパン		
13 水	昼食	① 麦入りごはん ② チンゲン菜の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ さつま芋のコロコロサラダ ⑤ 甘夏		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ツナの和風ペンネ		
14 木	昼食	① 麦入りごはん ② かぶのすまし汁 ③ 松風焼き ④ キャベツとれんこんのサラダ ⑤ バナナ		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ポテトもち ③ そら豆の塩ゆで		
15 金	昼食	① タンメン ② じゃが芋と鶏肉のバター醤油煮 ③ ボイルえんどう ④ ジューシーオレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② じゃことチーズのおやき風		
16 土	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 回鍋肉 ④ 中華風きゅうり		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② メロンパン	メロンパン→ブルーベリーサンド	
18 月	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりの煮魚 ④ さつま芋の白和え ⑤ ジューシーオレンジ		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ヨーグルト蒸しパン		

