

食物アレルギー献立表



令和5年3月

北保育園

日 曜	時間帯	献立	卵	小麦	トマト	みかん・りんご・梨・柿・バナナ以外のフルーツ	ナッツ類 (アーモンド・ピーナッツなど)
1 水	昼食	① 麦入りごはん ② ジュリエンヌスープ ③ チキンナゲット ④ コーンサラダ★ ⑤ グレープフルーツ		③小麦粉→米粉		⑤グレープフルーツ→バナナ	
	午後おやつ	① 牛乳 ② 五平餅					
2 木 13月	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 鮭の風味焼き ④ 三色おかかかえ ⑤ バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ツナ入りポテト焼き					
3 金	昼食	① 鮭ごはん ② 麩と水菜のすまし汁 ③ チキンかつ★ ④ 白菜と菜の花のごま和え ⑤ 甘夏		②麩→高野豆腐 ③パン粉→コーンフレーク		⑤甘夏→バナナ	
	午後おやつ	① 牛乳 ② いちごマフィン		②小麦粉→米粉			
4 土 18	昼食	① ごはん ② 豆腐と小松菜の味噌汁 ③ 豚肉とれんこんの炒め煮 ④ きゅうりとえのきの酢の物					
	午後おやつ	① 牛乳 ② さつま芋スコーン					
6 月 20	昼食	① 麦入りごはん ② 野菜ときのこのスープ ③ ポークチャップ ④ ポテトサラダ★ ⑤ 清見オレンジ				⑤清見オレンジ→バナナ	
	午後おやつ	① 牛乳 ② セサミドーナツ★ (6日) ③ あじさいゼリー★ (20日) ④ ぱりんこ★ (20日)		②ミックス粉→米粉・ベーキングパウダー・三温糖			
7 火 27月	昼食	① じゃごごはん 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 りんご					
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこトースト		②ブルマンライス (パン) →米粉パン			
8 水 22	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 グレープフルーツ		①焼きそばめん→米めん		④グレープフルーツ→バナナ	
	午後おやつ	① 牛乳 ② チーズおかかおにぎり					
9 木 23	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 バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳 ② インディアンパゲティー		②スパゲティー→米めん			
10 金 24	昼食	① 麦入りごはん ② チンゲン菜スープ ③ 家常豆腐 ④ 中華風もやし ⑤ 甘夏				⑤甘夏→バナナ	
	午後おやつ	① 牛乳 ② おさつパイ		②餃子の皮→米粉の皮			
11 土 25	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 いちごジャムサンド					
14 火 28	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 りんご				③レモン果汁除去	
	午後おやつ	① 牛乳 ② 豆腐とバナナのケーキ		②小麦粉→米粉		②レモン果汁除去	
15 水 29	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 グレープフルーツ				④グレープフルーツ→バナナ	
	午後おやつ	① 麦茶 ② きつねうどん		②うどん→米めん			
16 木 30	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 青菜サンド		②ライスファイン (パン) →米粉パン			
17 金 31	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜スープ ③ 花焼売 ④ 小松菜としらすのナムル ⑤ 甘夏		③しゅうまいの皮→米粉の皮		⑤甘夏→バナナ	
	午後おやつ	① 牛乳 ② アップルケーキ		②小麦粉→米粉			



※午前おやつ：牛乳 → 麦茶