

アレルギー献立表

令和6年4月

北保育園

| 日曜 | 時間帯 | 献立 | 卵 | みかん・りんご・梨・柿・バナナ以外のフルーツ |
|-----------|-------|--|----------------|------------------------|
| 01 15月 | 昼食 | ① チキンカレー ② キャベツとしらすのサラダ ③ 棒チーズ ④ 清見オレンジ | | ④清見オレンジ→りんご |
| | 午後おやつ | ① 麦茶 ② 豚南蛮うどん | | |
| 02 16火 | 昼食 | ① ごはん ② 大根と麩の味噌汁 ③ かじきのにんにく醤油焼き ④ 五目煮豆 ⑤ バナナ | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 和風ツナトースト | | |
| 03 17水 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② 春雨スープ ③ チンジャオオロス ④ 中華風きゅうり ⑤ グレープフルーツ | | ⑤グレープフルーツ→りんご |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 納豆チャーハン | | |
| 04 18木 | 昼食 | ① ごはん ② 豆乳スープ ③ タンドリーチキン ④ ブロッコリーときのこのソテー ⑤ バナナ | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 大芋芋 | | |
| 05 19金 | 昼食 | ① グリンピースご飯 ② かぼちゃの味噌汁 ③ カレイのオニオンソースかけ ④ キャベツとアスパラのサラダ ⑤ オレンジ | | ⑤オレンジ→りんご |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 高野豆腐のドーナッツ | | |
| 06 20土 | 昼食 | ① ごはん ② ほうれん草ともやしの味噌汁 ③ 鶏肉とブロッコリーの炒め煮 ④ 大根とツナのサラダ | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② マフィン | ②マフィン→シュガートースト | |
| 08 22月 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ ポイルえんどう ⑤ 清見オレンジ | | ⑤清見オレンジ→りんご |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② きなこクリームサンド | | |
| 09 23火 | 昼食 | ① ソース焼きそば ② 豆腐とわかめのスープ ③ しらすと大根のサラダ ④ バナナ | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② 中華おこわ | | |
| 10 24水 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② 白菜の味噌汁 ③ ひじきハンバーグ ④ かぼちゃ煮 ⑤ グレープフルーツ | | ⑤グレープフルーツ→りんご |
| | 午後おやつ | ① 麦茶 ② フルーツヨーグルト ③ クラッカー | | ②パイン缶除去 |
| 11 25木 | 昼食 | ① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ 鶏肉のねぎ塩焼き ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ バナナ | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② ココア蒸しパン | | |
| 12 26金 | 昼食 | ① たけのごはん ② 麩のすまし汁 ③ さわらのみそ焼き ④ 白菜と小松菜のお浸し ⑤ オレンジ | | ⑤オレンジ→りんご |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② キャベツの塩スパゲティー | | |
| 13 27土 | 昼食 | ① ごはん ② もやしと小松菜の味噌汁 ③ 厚揚げのそぼろ煮 ④ 粉ふき芋(青のり) | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② マシュマロクラッカーサンド | | |
| 30 火 | 昼食 | ① ナポリタン ② キャベツのスープ ③ ポテトサラダ ④ グレープフルーツ | | ④グレープフルーツ→りんご |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② チーズおかかおにぎり ③ ポリポリ小魚 | | |