



アレルギー献立表



令和7年10月

北保育園

日	曜	時間帯	献立	卵	乳	キウイ	魚卵	えび	そば	ナッツ類
1	水	昼食	① 麦入りごはん ② チンゲン菜の中華スープ ③ 酢鶏 ④ ブロッコリーのナムル ⑤ バナナ							
		夜食	① 牛乳 ② りんごジャムサンド		①牛乳→豆乳					
2	木	昼食	① 麦入りごはん ② 豆腐となめこの味噌汁 ③ おろしハンバーグ ④ 小松菜の和え物 ⑤ オレンジ							
		夜食	① 牛乳 ② チーズ入りお好み焼き		①牛乳→豆乳 ②チーズ除去					
3	金	昼食	① 麦入りごはん ② 厚揚げと大根の味噌汁 ③ 鮭の南蛮漬け ④ さつま芋の甘煮 ⑤ 梨・バナナ(0.1歳)							
27	月	夜食	① 牛乳 ② ほうとう風うどん		①牛乳→豆乳					
4	土	昼食	① ごはん ② かぶのすまし汁 ③ 鶏肉の味噌焼き ④ ベーコンとチンゲン菜の炒め物							
18	火	夜食	① 牛乳 ② パナナケーキ		①牛乳→豆乳					
6	水	昼食	① 麦入りごはん ② 大根としめじの味噌汁 ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ 白菜とほうれん草のごま和え ⑤ オレンジ							
20	木	夜食	① 牛乳 ② お月見まん(6日) ③ きなこトースト(20日)		①牛乳→豆乳 ②バター→油					
7	火	昼食	① スパゲティミートソース ② 小松菜スープ ③ かぼちゃサラダ ④ グレープフルーツ							
21	水	夜食	① 牛乳 ② ひじきごはん		①牛乳→豆乳					
8	木	昼食	① ごはん ② 切干大根の味噌汁 ③ かじきのににく醤油焼き ④ 五目煮豆 ⑤ 梨・バナナ(0.1歳)							
22	金	夜食	① 牛乳 ② ほうれん草とチーズのスコーン		①牛乳→豆乳 ②牛乳・バター・チーズ→豆乳					
9	土	昼食	① ふきよせごはん ② キャベツのすまし汁 ③ 豆腐入り松風焼き ④ おかか和え ⑤ バナナ							
23	火	夜食	① 牛乳 ② コーンフレックボール		①牛乳→豆乳 ②生クリーム・牛乳→豆乳					
10	水	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃスープ ③ チキンカツ ④ コーンキャベツサラダ ⑤ りんご・バナナ(0.1歳)							
24	木	夜食	① 牛乳 ② あんかけラーメン		①牛乳→豆乳					
11	金	昼食	① ごはん ② なすの味噌汁 ③ 豚肉と大根の煮物 ④ さゆりとえのきの酢の物							
25	土	夜食	① 牛乳 ② メロンパン	②メロンパン→シュガートースト	①牛乳→豆乳 ②メロンパン→シュガートースト					
14	火	昼食	① さつま芋のガレー ② 切干大根としらすのサラダ ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ							
		夜食	① 牛乳 ② りんごとレーズンの蒸しパン		①牛乳→豆乳 ②牛乳・バター・スキムミルク→豆乳					
20	木	昼食	① さつま芋のガレー ② 切干大根としらすのサラダ ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ							
		夜食	① 牛乳 ② ハロウィン⑩ミラパン		①牛乳→豆乳					
15	火	昼食	① 親子丼 ② 舞茸と里芋の味噌汁 ③ 白菜と小松菜のおひたし ④ バナナ	①卵→お麩						
29	水	夜食	① 牛乳 ② 高野豆腐のドーナッツ		①牛乳→豆乳 ②バター・牛乳→豆乳					
16	木	昼食	① ごはん ② じゃが芋とほうれん草のすまし汁 ③ さばの味噌煮 ④ カラフルさんびら ⑤ 柿・バナナ(0.1歳)							
		夜食	① 牛乳 ② オレンジムース ③ クラッカー		①牛乳→豆乳 ②ヨーグルト・生クリーム→豆乳					
17	金	昼食	① ごま塩ごはん ② 白菜の味噌汁 ③ すき焼き風煮 ④ スティックきゅうり ⑤ オレンジ							
		夜食	① 牛乳 ② パンプキンサンド		①牛乳→豆乳 ②バター→油					
28	土	昼食	① ごま塩ごはん ② 白菜の味噌汁 ③ すき焼き風煮 ④ スティックきゅうり ⑤ オレンジ							
		夜食	① 牛乳 ② りんごとレーズンの蒸しパン		①牛乳→豆乳 ②バター・牛乳・スキムミルク→豆乳					
31	日	昼食	① ごはん ② じゃが芋とほうれん草のすまし汁 ③ さばの味噌煮 ④ カラフルさんびら ⑤ 柿・バナナ(0.1歳)							
		夜食	① 牛乳 ② パンプキンサンド		①牛乳→豆乳 ②バター→油					

午前おやつ 牛乳→豆乳(乳児のみ)