



令和7年12月

アレルギー献立表

北保育園

日 曜	時間帯	献立	卵	乳	キウイ	魚卵	甲殻類	そば	くるみ	ナッツ類
15 月	昼食	① 麦入りごはん ② ポトフスープ ③ 鶏肉のトマト煮 ④ 大豆のサラダ ⑤ オレンジ								
	午後おやつ	① 牛乳 ② 芋ようかん		①牛乳→豆乳						
16 火	昼食	① ごはん(2日) ② 中華風おこわ(16日) ③ なめこの味噌汁 ④ さばのごま照り焼き ⑤ ほうれん草のおかか和え りんご・バナナ(0・1歳児)								
	午後おやつ	① 牛乳 ② 肉みそスパゲティ		①牛乳→豆乳						
17 水	昼食	① 麦入りごはん ② 白菜の中華スープ ③ 厚揚げの酢豚風 ④ 中華風ブロッコリー ⑤ グレープフルーツ								
	午後おやつ	① 牛乳 ② メロンパン風トースト		①牛乳→豆乳 ②バター・牛乳→油						
18 木	昼食	① 五目うどん ② じゃが芋のツナ煮 ③ スティックさゆり ④ バナナ								
	午後おやつ	① 牛乳 ② そぼろおにぎり		①牛乳→豆乳						
19 金	昼食	① カレーライス ② ひじきのサラダ ③ 棒チーズ ④ みかん		③チーズ→ウインナー						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のヨーグルト蒸しパン		①牛乳→豆乳 ②バター・ヨーグルト・牛乳・スキムミルク→油・豆乳						
20 土	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 豚肉とれんこんの炒め煮 ④ かぼちゃとツナのサラダ								
	午後おやつ	① 牛乳 ② バナナスコーン		①牛乳→豆乳						
22 月	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁(8日) ③ チンゲン菜と油揚げの味噌汁(22日) ④ ぶりのおろしソースかけ ⑤ チンゲン菜と油揚げの煮浸し(8日) かぼちゃの煮物(22日) オレンジ								
	午後おやつ	① 牛乳 ② 塩焼きそば		①牛乳→豆乳						
23 火	昼食	① ごはん ② 切り干し大根の味噌汁 ③ さつま芋コロッケ ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ みかん								
	午後おやつ	① 牛乳 ② 五平餅		①牛乳→豆乳						
24 水	昼食	① 麦入りごはん ② 麩と水菜のすまし汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ きんぴらごぼう ⑤ バナナ								
	午後おやつ	① 牛乳 ② レーズンケーキ		①牛乳→豆乳 ②バター・牛乳・スキムミルク→油・豆乳						
25 木	昼食	① コーンピラフ ② じゃが芋のスープ ③ カレー風味の唐揚げ ④ マカロニサラダ ⑤ バナナ								
	午後おやつ	① 牛乳 ② クリスマスケーキ		①牛乳→豆乳						
26 金	昼食	① ビビンバ丼 ② わかめスープ ③ 大根とツナのサラダ ④ グレープフルーツ								
	午後おやつ	① 牛乳 ② あんぱん		①牛乳→豆乳						
27 土	昼食	① 麦入りごはん ② かぶの味噌汁 ③ 鮭のコーン焼き ④ 白菜と小松菜のごま和え りんご・バナナ(0・1歳児)								
	午後おやつ	① 牛乳 ② お好み焼き		①牛乳→豆乳						
27 土	昼食	① ごはん ② えのきの味噌汁 ③ 鶏肉とブロッコリーの炒め煮 ④ 青のりポテト								
	午後おやつ	① 牛乳 ② きなこちんすこう(13日) ③ メロンパン(27日)	②メロンパン→きなこトースト	①牛乳→豆乳 ②メロンパン→きなこトースト						

※午前おやつ 牛乳→豆乳(乳児のみ)