組　氏名

アレルギー献立表

2026年6月　　北保育園

日 曜	時間帯		献立	卵	乳	ごま	きなこ	甲殻類	しらす	魚卵	ピーナッツ	ナッツ類	そば	キウイ	グレープフルーツ・柑橘類
1	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
15	昼食	①	麦入りごはん												
月		②	麩とほうれん草のすまし汁												
		③	さばのトマトソースかけ												
		④	大豆のサラダ												
		⑤	グレープフルーツ												⑤グレープフルーツ→バナナ
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	ツナコーンサンド												
2	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
16	昼食	①	麦入りごはん												
火		②	冬瓜の味噌汁												
		③	かじきの風味焼き												
		④	白菜と小松菜のごま和え			④白ごま→除去									
		⑤	バナナ												
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	ソース焼きそば												
3	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
17	昼食	①	中華丼												
水		②	豆腐と豆苗のスープ												
		③	ツナと春雨のサラダ												
		④	オレンジ												④オレンジ→バナナ
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	ボンデケージョ		②牛乳、粉チーズ→豆乳										
4	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
18	昼食	①	ごはん												
木		②	じゃが芋としめじのスープ												
		③	チキンソテー												
		④	ラタトゥユ												
		⑤	グレープフルーツ												⑤グレープフルーツ→バナナ
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	ココア蒸しパン		②牛乳、バター→油										
5	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
金	昼食	①	ジャージャー麺												
		②	豆腐とわかめのスープ												
		③	大根ときゅうりの酢の物												
		④	バナナ												
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	だるまさんサンド												
6	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
	昼食	①	ごはん												
20		②	さつま芋の味噌汁												
土		③	豚肉のプルコギ												
		④	小松菜のナムル												
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	豆腐ブラウニー												
8	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
	昼食	①	ハヤシライス		①ハヤシルウ→乳不使用ハヤシルウ										
22		②	じゃが芋のコロコロサラダ												
月		③	棒チーズ		③棒チーズ→ウインナー										
		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	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	あじさいゼリー												
		③	ぱりんこ												
9	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
	昼食	①	ごはん												
23		②	じゃが芋の味噌汁												
火		③	豆腐のまさご揚げ						③しらす干し→除去						
		④	切干大根の煮物												
		⑤	バナナ												
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	スイートポテト		②生クリーム、バター→油										
10	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
	昼食	①	ごはん												
24		②	トマトとレタスのスープ												
水		③	鶏肉の豆乳クリームソースかけ												
		④	ブロッコリーサラダ												
		⑤	オレンジ												⑤オレンジ→バナナ
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	カレーピラフ												
11	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
	昼食	①	麦入りごはん												
25		②	オクラとなめこの味噌汁												
木		③	おろしハンバーグ												
		④	かぼちゃ煮												
		⑤	バナナ												
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	シュガーラスク												
		③	茹でとうもろこし												
12	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
	昼食	①	ごはん												
26		②	豆腐のすまし汁												
金		③	豚肉と玉葱の味噌炒め												
		④	ひじきのサラダ												
		⑤	パイナップル(26日はオレンジ)												⑤(26日)オレンジ→バナナ
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	ミートソースペンネ												
13	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
	昼食	①	ごはん												
27		②	小松菜の味噌汁												
土		③	厚揚げと豚ひき肉の中華風炒め												
		④	粉ふき芋												
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	コーンマフィン												
19	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
金	昼食	①	ジャージャー麺												
		②	豆腐とわかめのスープ												
		③	大根ときゅうりの酢の物												
		④	バナナ												
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	きなこおにぎり				②きな粉→そぼろ(豚ひき肉、醤油、三温糖)								
29	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
月	昼食	①	ごはん												
		②	かぶの味噌汁												
		③	あじの竜田揚げ												
		④	きんぴらごぼう			④白ごま→除去									
		⑤	メロン												
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	大豆のスコーン		②牛乳、バター、スキムミルク→豆乳										
30	午前おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
火	昼食	①	ごはん												
		②	豆腐と春雨のスープ												
		③	麻婆茄子												
		④	キャベツのサラダ												
		⑤	バナナ												
	午後おやつ	①	牛乳		①牛乳→豆乳										
		②	きなこおにぎり				②きな粉→そぼろ(豚ひき肉、醤油、三温糖)								