

アレルギー食献立表

令和6年11月

宮前おおぞら保育園

日曜	時間帯	献立	小麦	乳	かじき	カレイ ひらめ たら	卵	キウイ	ナッツ類 くるみ
01 金	昼食	① ごはん ② 水菜の味噌汁 ③ 厚揚げと鶏肉の煮物 ④ 小松菜としらすの磯和え ⑤ グレープフルーツ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンクリームパンネ	②パンネ→グルテンフリーマカロニ、 小麦粉→片栗粉、バター→除去、牛乳→豆乳	①牛乳→豆乳 ②パンネ→グルテンフリーマカロニ、 小麦粉→片栗粉、バター→除去、牛乳→豆乳					
02 土	昼食	① 豚みそ丼 ② わかめと油揚げのすまし汁 ③ かぼちゃの甘煮							
	午後おやつ	① 牛乳 ② レモンシュガートースト	②ブルマンホワイト→米粉パン	①牛乳→豆乳					
05 火	昼食	① 麦入りごはん ② 切り干し大根のすまし汁 ③ ぶりのごま味噌焼き ④ ひじきと大豆の煮物 ⑤ バナナ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② ボンデケージョ	②ミックス粉→米粉のミックス粉、牛乳→豆乳、粉チーズ→除去	①牛乳→豆乳 ②ミックス粉→米粉のミックス粉、牛乳→豆乳、粉チーズ→除去					
06 水	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーボー豆腐 ④ 中華風きゅうり ⑤ りんご							
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすトースト	②ブルマンホワイト→米粉パン	①牛乳→豆乳					
07 木	昼食	① ハヤシライス ② 里芋サラダ ③ 棒チーズ ④ オレンジ	①ハヤシルウ→小麦・乳なしハヤシルウ	①ハヤシルウ→小麦・乳なしハヤシルウ ③チーズ→ウイナー					
	午後おやつ	① 牛乳 ② 鶏塩うどん	②干しうどん→米粉めん	①牛乳→豆乳					
08 金	昼食	① 人参ピラフ ② 大根と小松菜のスープ ③ 鶏肉のチーズパン粉焼き ④ キャバツのサラダ ⑤ バナナ	③パン粉・粉チーズ→除去	③パン粉・粉チーズ→除去					
	午後おやつ	① 牛乳 ② ドーナツ	②ドーナツ→米粉パンのドーナツ (米粉パン、油、グラニュー糖)	①牛乳→豆乳 ②ドーナツ→米粉パンのドーナツ (米粉パン、油、グラニュー糖)					
09 土	昼食	① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ じゃが芋のそぼろ煮 ④ チンゲン菜のお浸し							
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンマフィン	②ミックス粉→米粉、ベーキングパウダー	①牛乳→豆乳					
11 月	昼食	① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁 ③ 鶏肉の油淋鶏ソース ④ かぼちゃとさつま芋のごま和え ⑤ オレンジ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のきなこケーキ		①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去					
12 火	昼食	① 五目中華ラーメン ② ジャーマンポテト ③ ボイルブロッコリー ④ みかん	①焼きそばめん→米粉めん						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 納豆チャーハン		①牛乳→豆乳					
13 水	昼食	① ごはん ② じゃが芋のスープ ③ カレイのカレームニエル ④ ほうれん草とコーンのソテー ⑤ りんご				③カレイ→鮭			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 肉まん風	②小麦粉→米粉	①牛乳→豆乳					
14 木	昼食	① 菜めし ② 豆腐となめこの味噌汁 ③ レンコンのつくね焼き ④ 切干大根ときゅうりのサラダ ⑤ グレープフルーツ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② ポテトフライ		①牛乳→豆乳					
15 金	昼食	① 麦入りごはん ② キャバツスープ ③ ポークビーンズ ④ ブロッコリーサラダ ⑤ バナナ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココア揚げぱん	②デュラムファイン→米粉パン	①牛乳→豆乳					

日曜	時間帯	献立	小麦	乳	かじき	カレイ ひらめ たら	卵	キウイ	ナッツ類 くるみ
16 土	昼食	① 豚みそ丼 ② わかめと油揚げのすまし汁 ③ かぼちゃの甘煮							
	午後おやつ	① 牛乳 ② レモンシュガートースト	② プルマンホワイト→米粉パン	① 牛乳→豆乳					
18 月	昼食	① ごはん ② 水菜の味噌汁 ③ 厚揚げと鶏肉の煮物 ④ 小松菜としらすの磯和え ⑤ グレープフルーツ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンクリームパンネ	② パンネ→グルテンフリーマカロニ、 小麦粉→片栗粉、バター→除去、牛乳→豆乳	① 牛乳→豆乳 ② パンネ→グルテンフリーマカロニ、 小麦粉→片栗粉、バター→除去、牛乳→豆乳					
19 火	昼食	① 麦入りごはん ② 切り干し大根のすまし汁 ③ ぶりのごま味噌焼き ④ ひじきと大豆の煮物 ⑤ バナナ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② ポンデケーキ	② ミックス粉→米粉のミックス粉、牛乳→豆乳、粉チーズ→除去	① 牛乳→豆乳 ② ミックス粉→米粉のミックス粉、牛乳→豆乳、粉チーズ→除去					
20 水	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーボー豆腐 ④ 中華風きゅうり ⑤ りんご							
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすトースト	② プルマンホワイト→米粉パン	① 牛乳→豆乳					
21 木	昼食	① 麦入りごはん ② 舞茸と大根の味噌汁 ③ 鶏肉のレモン風味 ④ キャベツのサラダ ⑤ バナナ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② スイートポテト		① 牛乳→豆乳 ② バター→除去、牛乳→豆乳					
22 金	昼食	① ハヤシルライス ② 里芋サラダ ③ 棒チーズ ④ オレンジ	① ハヤシルウ→小麦・乳なしハヤシルウ	① ハヤシルウ→小麦・乳なしハヤシルウ ③ チーズ→ウイナー					
	午後おやつ	① 牛乳 ② 鶏塩うどん	② 干しうどん→米粉めん	① 牛乳→豆乳					
25 月	昼食	① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁 ③ 鶏肉の油淋鶏ソース ④ かぼちゃとさつま芋のごま和え ⑤ オレンジ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のきなこケーキ		① 牛乳→豆乳 ② スキムミルク→除去					
26 火	昼食	① 五目中華ラーメン ② ジャーマンポテト ③ ボイルブロッコリー ④ みかん	① 焼きそばめん→米粉めん						
	午後おやつ	① 牛乳 ② 納豆チャーハン		① 牛乳→豆乳					
27 水	昼食	① ごはん ② じゃが芋のスープ ③ カレイのカレームニエル ④ ほうれん草とコーンのソテー ⑤ りんご				③ カレイ→鮭			
	午後おやつ	① 牛乳 ② 肉まん風	② 小麦粉→米粉	① 牛乳→豆乳					
28 木	昼食	① 菜めし ② 豆腐となめこの味噌汁 ③ レンコンのつくね焼き ④ 切干大根ときゅうりのサラダ ⑤ グレープフルーツ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② スイートパンブキン		① 牛乳→豆乳 ② バター・生クリーム→除去					
29 金	昼食	① 麦入りごはん ② キャベツスープ ③ ポークビーンズ ④ ブロッコリーサラダ ⑤ バナナ							
	午後おやつ	① 牛乳 ② ココア揚げぱん	② デュラムファイン→米粉パン	① 牛乳→豆乳					
30 土	昼食	① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ じゃが芋のそぼろ煮 ④ チンゲン菜のお浸し							
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンマフィン	② ミックス粉→米粉・ベーキングパウダー	① 牛乳→豆乳					

※プルマンホワイト、デュラムファイン→小麦使用、乳卵なし