

令和6年11月



食物アレルギー献立表



西国分寺保育園

日/曜	時間帯	献立	乳	小麦	卵	ナッツ類・そば
01 金	昼食	① ごはん ② 麩と水菜の味噌汁 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		焼麩→除去		
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンクリームペンネ	牛乳→麦茶 牛乳→豆乳 バター→除去	ペンネ→きびめん 小麦粉→米粉		
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 レモンシユガートースト	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン		
05 火	昼食	① 麦入りごはん ② 切干大根のすまし汁 ③ ぶりのごま味噌焼き ④ ひじきと大豆の煮物 ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ボンデケーキ	牛乳→麦茶 粉チーズ→コーン缶 牛乳→豆乳	ミックス粉→米粉・ベーキングパウダー・三温糖		
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 バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすトースト	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン		
07 木	昼食	① ハヤシライス ② 里芋サラダ ③ スティックチーズ ④ りんご	ハヤシルウ→乳なしルウ スティックチーズ→ウインナー	ハヤシルウ→小麦なしルウ		
	午後おやつ	① 鶏団うどん		うどん→きびめん		
08 金	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 スイートパンブキン	牛乳→麦茶 バター→油 生クリーム→豆乳			
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	牛乳→麦茶	コーンマフィン→米粉パンのジャムサンド		
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	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去			
12 火	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	牛乳→麦茶	丸パン→米粉パン		
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				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 肉まん風	牛乳→麦茶	小麦粉→米粉		
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 大学芋	牛乳→麦茶			
15 金	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		焼きそばめん→きびめん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 納豆チャーハン	牛乳→麦茶			

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶

日/曜	時間帯	献立	乳	小麦	卵	ナッツ類・そば
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	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン		
18 月	昼食	① ごはん ② 麩と水菜の味噌汁 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		焼麩→除去		
	午後おやつ	① 牛乳 ② コーンクリームパンネ	牛乳→麦茶 牛乳→豆乳 バター→除去	パンネ→きびめん 小麦粉→米粉		
19 火	昼食	① 麦入りごはん ② 切干大根のすまし汁 ③ ぶりのごま味噌焼き ④ ひじきと大豆の煮物 ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② ポンデケーキ	牛乳→麦茶 粉チーズ→コーン缶 牛乳→豆乳	ミックス粉→米粉・ベーキングパウダー・三温糖		
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 バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② しらすトースト	牛乳→麦茶	食パン→米粉パン		
21 木	昼食	① ハヤシライス ② 里芋サラダ ③ スティックチーズ ④ りんご	ハヤシルー→乳なしルー スティックチーズ→ワインナー	ハヤシルー→小麦なしルー		
	午後おやつ	① 鶏塩うどん		うどん→きびめん		
22 金	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 スイートパンブキン	牛乳→麦茶 バター→油 生クリーム→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 かぼちゃとさつまいものごま和え ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 米粉のきなこケーキ	牛乳→麦茶 スキムミルク→除去			
26 火	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	牛乳→麦茶	丸パン→米粉パン		
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				
	午後おやつ	① 牛乳 ② 肉まん風	牛乳→麦茶	小麦粉→米粉		
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 大学芋	牛乳→麦茶			
29 金	昼食	① 五目中華ラーメン ② ジャーマンポテト ③ ポイルブロッコリー ④ みかん		焼きそばめん→きびめん		
	午後おやつ	① 牛乳 ② 納豆チャーハン	牛乳→麦茶			
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	牛乳→麦茶	コーンマフィン→米粉パンのジャムサンド		

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶