

令和7年2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 土 | 昼食 | ① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 豚肉のブルコギ ④ ポイルブロッコリー | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② ココアトースト | 牛乳→麦茶 | 食パン→米粉パン | | |
| 03 月 | 昼食 | ① 鬼さんカレー ② 白菜スープ ③ キャベツときのこのサラダ ④ ポンカン | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② ポテトフライ | 牛乳→麦茶 | | | |
| 04 火 | 昼食 | ① ごはん ② 小松菜と豆腐のすまし汁 ③ かじきのみそ焼き ④ レンコンのきんぴら ⑤ いよかん | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② フルーツパンケーキ | 牛乳→麦茶 牛乳→豆乳 バター→油 | 小麦粉→米粉 | | |
| 05 水 | 昼食 | ① あんかけ焼きそば ② 高野豆腐のスープ ③ ツナとかぼちゃのサラダ ④ バナナ | | 焼きそばめん→きびめん | | |
| | 午後おやつ | ① リソット | 牛乳→豆乳 バター→除去 | | | |
| 06 木 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② かぼちゃのすまし汁 ③ 豆腐とひじきのレンコンバーグ ④ 切干大根の煮物 ⑤ りんご | | パン粉→除去 | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② チーズコーントースト | 牛乳→麦茶 ピザ用チーズ→除去 | 食パン→米粉パン | | |
| 07 金 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② 水菜と麩の味噌汁 ③ ぶりの甘辛煮 ④ 白和え ⑤ バナナ | | 焼麩→除去 | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② かぼちゃもちのシュガーバター | 牛乳→麦茶 バター→油 | | | |
| 08 土 | 昼食 | ① ごはん ② 厚揚げとほうれん草の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ じゃがいもの中華和え | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② さつま芋きんとん ③ クラッカー | 牛乳→麦茶 | クラッカー→せんべい | | |
| 10 月 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② キャベツと玉ねぎのスープ ③ さばのトマトソースかけ ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ グレープフルーツ | | | | |
| | 午後おやつ | ① 肉うどん | | 干しうどん→きびめん | | |
| 12 水 | 昼食 | ① 大豆とじゃこのごはん ② なすと玉ねぎの味噌汁 ③ 鶏肉と大根の五目煮 ④ 白菜と小松菜のおかか和え ⑤ りんご | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② もちもち芋まんじゅう | 牛乳→麦茶 | 小麦粉→米粉 | | |
| 13 木 | 昼食 | ① ごはん ② のっぺい汁 ③ 豚肉の生姜焼き ④ 花野菜のこま和え ⑤ はっさく | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② ツナの和風パンネ | 牛乳→麦茶 | パンネ→きびめん | | |
| 14 金 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② 切干大根の味噌汁 ③ メンチカツ ④ キャベツのサラダ ⑤ ポンカン | | パン粉・小麦粉→除去(ハンバーグ) | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② いちごジャムサンド ③ ビスコ | 牛乳→麦茶 ビスコ→せんべい | 食パン→米粉パン ビスコ→せんべい | | |

※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 |
|---------|-------|--|----------------------|----------------------|---|------------|
| 15 土 | 昼食 | ① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 豚肉のブルコギ ④ ボイルブロッコリー | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② ココアトースト | 牛乳→麦茶 | 食パン→米粉パン | | |
| 17 月 | 昼食 | ① キーマカレー ② 白菜スープ ③ ブロッコリーときのこのサラダ ④ ポンカン | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② ポテトフライ | 牛乳→麦茶 | | | |
| 18 火 | 昼食 | ① ごはん ② 小松菜と豆腐のすまし汁 ③ かじきのみそ焼き ④ レンコンのきんぴら ⑤ いよかん | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② フルーツパンケーキ | 牛乳→麦茶 牛乳→豆乳 バター→油 | 小麦粉→米粉 | | |
| 19 水 | 昼食 | ① あんかけ焼きそば ② 高野豆腐のスープ ③ ツナとかぼちゃのサラダ ④ バナナ | | 焼きそばめん→きびめん | | |
| | 午後おやつ | ① リゾット | 牛乳→豆乳 バター→除去 | | | |
| 20 木 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② かぼちゃのすまし汁 ③ 豆腐とひじきのレンコンバーグ ④ 切干大根の煮物 ⑤ りんご | | パン粉→除去 | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② チーズコートトースト | 牛乳→麦茶 ビザ用チーズ→除去 | 食パン→米粉パン | | |
| 21 金 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② 水菜と麩の味噌汁 ③ ぶりの甘辛煮 ④ 白和え ⑤ バナナ | | 焼麩→除去 | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② かぼちゃもちのシュガーバター | 牛乳→麦茶 バター→油 | | | |
| 22 土 | 昼食 | ① ごはん ② 厚揚げとほうれん草の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ ジャがいもの中華和え | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② さつま芋きんとん ③ クラッカー | 牛乳→麦茶 | クラッカー→せんべい | | |
| 25 火 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② キャバツと玉ねぎのスープ ③ さばのトマトソースかけ ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ グレープフルーツ | | | | |
| | 午後おやつ | ① 肉うどん | | 干しうどん→きびめん | | |
| 26 水 | 昼食 | ① 大豆とじゃこのごはん ② なすと玉ねぎの味噌汁 ③ 鶏肉と大根の五目煮 ④ 白菜と小松菜のおかか和え ⑤ りんご | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② もちもち芋まんじゅう | 牛乳→麦茶 | 小麦粉→米粉 | | |
| 27 木 | 昼食 | ① ごはん ② のっぺい汁 ③ 豚肉の生姜焼き ④ 花野菜のごま和え ⑤ はっさく | | | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② ツナの和風パンネ | 牛乳→麦茶 | パンネ→きびめん | | |
| 28 金 | 昼食 | ① 麦入りごはん ② 切干大根の味噌汁 ③ メンチカツ ④ キャバツのサラダ ⑤ ポンカン | | パン粉・小麦粉→除去(ハンバーグ) | | |
| | 午後おやつ | ① 牛乳 ② いちごジャムサンド ③ ビスコ | 牛乳→麦茶 ビスコ→せんべい | 食パン→米粉パン ビスコ→せんべい | | |

※午前おやつ：牛乳 → 麦茶