



# 12月アレルギー児用献立表



なかよし保育園

令和7年

日付	曜日	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1 月	月	ごはん みそ汁 鯖のカレー照り焼き ひじきの白和え ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 りんごのマフィン
2 火	火	きつねうどん アレルギー対応メンチカツ ブロックソースのサラダ みかん	麦茶 せんべい	麦茶 野菜ケーキサレ
3 水	水	ごはん 中華スープ ささみ揚げ ほうれん草としらすのサラダ ラ・フランス	麦茶 せんべい	麦茶 あんまん
4 木	木	中華丼 すまし汁 ササミの中華和え りんご	麦茶 ゼリー	麦茶 しらすトースト
5 金	金	ごはん 中華スープ チキンジャオロース 切干大根の胡麻酢和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 ポテコ
6 土	土	味噌うどん コーンサラダ バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
8 月	月	ごはん 野菜スープ 麻婆豆腐 春雨サラダ りんご	麦茶 せんべい	麦茶 バナナ
9 火	火	ごはん 白菜の豆乳スープ ハンバーグ キャベツのサラダ みかん	麦茶 せんべい	麦茶 豆乳蒸しパン
10 水	水	ごはん すまし汁 鮭の西京焼き 大根のそぼろ煮 バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 揚げパン
11 木	木	アレルギー対応パン ポトフ 鶏肉の照り焼き 蓮根サラダ みかん	麦茶 せんべい	麦茶 青菜おにぎり
12 金	金	ナポリタン 野菜スープ かぶのサラダ バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
13 土	土	スタミナ納豆丼 中華スープ コーンサラダ バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
15 月	月	あんかけ焼きうどん 野菜スープ 春雨の中華和え みかん	麦茶 せんべい	麦茶 きな粉トースト
16 火	火	ごはん すまし汁 鯖の塩焼き 肉じゃが りんご	麦茶 せんべい	麦茶 冬至南瓜
17 水	水	ごはん みそ汁 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 手作りじゃがりこ
18 木	木	二色丼 中華スープ ブロッコリーサラダ りんご	麦茶 ゼリー	麦茶 ポテコ
19 金	金	トナカイピラフ コンソメスープ ガーリックチキン パブリカのサラダ ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 いちごサンタケーキ
20 土	土	たぬきうどん 小松菜の和え物 バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
22 月	月	ハヤシライス 野菜スープ 花野菜サラダ みかん	麦茶 せんべい	麦茶 オレンジケーキ
23 火	火	ごはん どさんこ汁 肉豆腐 納豆和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 ぼたぼた焼き
24 水	水	ごはん 中華スープ 白身魚のグリル焼き ピーフンソテー みかん	麦茶 せんべい	麦茶 クリスマスクッキー
25 木	木	アレルギー対応パン 豆乳シチュー 鶏肉の塩麹焼き フレンチサラダ りんご	麦茶 せんべい	麦茶 バナナケーキ
26 金	金	年越しうどん ささみの磯辺揚げ もやしの中華和え ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
27 土	土	鶏肉とワカメのうどん キャベツの胡麻和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 純米せんべい

※食材の都合により献立が変更になる場合があります。