



12月アレルギー児用献立表



令和7年

なかよし保育園

日付	曜日	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1	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	きつねうどん アレルギー対応メンチカツ ブロッコリーのサラダ みかん	麦茶 せんべい	麦茶 野菜ケーキサレ
3	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	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	ごはん 中華スープ チンジャオロース 切干大根の胡麻酢和え パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 ポテコ
6	土	味噌うどん コーンサラダ パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
8	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 パナナ
9	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	ごはん すまし汁 鮭の西京焼き 大根のそぼろ煮 パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 揚げパン
11	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	ナポリタン 野菜スープ かぶのサラダ パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
13	土	スタミナ納豆丼 中華スープ コーンサラダ パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
15	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	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	ごはん みそ汁 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 手作りじゃがりこ
18	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	トナカイピラフ コンソメスープ ガーリックチキン パプリカのサラダ ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 いちごサンタケーキ
20	土	たぬきうどん 小松菜の和え物 パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
22	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	ごはん どさんこ汁 肉豆腐 納豆和え パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 ぼたぼた焼き
24	水	ごはん 中華スープ 白身魚のグリル焼き ビーフンソテー みかん	麦茶 せんべい	麦茶 クリスマスクッキー
25	木	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 パナナケーキ
26	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	鶏肉とワカメのうどん キャベツの胡麻和え パナナ	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。