



1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
5 月	月	ごはん 野菜スープ 馬うまカレー フレンチサラダ ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 蒸しカステラ
6 火		ごはん すまし汁 鰯の味噌煮 春雨の和え物 バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 野菜チップス
7 水		ごはん 七草入りすまし汁 松風焼き なます オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ジャムサンド
8 木		中華丼 中華スープ 小松菜のツナ和え ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 バナナクラフティ
9 金		ごはん みそ汁 鶏肉のピネガー煮 ひじきのサラダ りんご	麦茶 せんべい	麦茶 ポテコ
10 土		きつねうどん もやし和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
13 火		ごはん すまし汁 アレルギー対応メンチカツ なるとの中華和え オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 きな粉ケーキ
14 水		ひっぱりうどん 鶏肉のポン酢ソテー もやしの中華和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 ふかし芋
15 木		ごはん すまし汁 鶏肉の唐揚げ グリーンサラダ りんご	麦茶 ゼリー	麦茶 かぼちゃマフィン
16 金		お雑煮風うどん 小松菜の海苔和え みかん	麦茶 せんべい	麦茶 ソフトサラダせんべい
17 土		ナポリタン 野菜スープ さっぱり和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
19 月		ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 春雨サラダ ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 のり塩ラスク
20 火		ごはん どさんこ汁 鰯のスタミナ焼き お浸し バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 きな粉蒸しパン
21 水		ごはん すまし汁 蒸し鶏の味噌ソースかけ マカロニサラダ オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 お好み焼き
22 木		ごはん みそ汁 鰯のカレー照り焼き 肉じゃが みかん	麦茶 せんべい	麦茶 豆乳くずもち
23 金		アレルギー対応食パン ミネストローネ タンドリーチキン 海藻サラダ ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 ポテコ
24 土		生活発表会	♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪	♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪
26 月		ごはん みそ汁 鰯の照り焼き 花野菜サラダ みかん	麦茶 せんべい	麦茶 マカロニきな粉
27 火		ごはん ポトフ ハンバーグ フレンチサラダ オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 焼きうどん
28 水		アレルギー対応パン 豆乳シチュー 鶏肉のマーマレード焼き コーンサラダ ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 黒糖蒸しパン
29 木		カレーうどん 鶏の照り焼き 海苔和え みかん	麦茶 ゼリー	麦茶 キャロットケーキ
30 金		ごはん 野菜スープ 鮭の西京焼き 小松菜の胡麻和え オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ポテコ
31 土		焼肉丼 みそ汁 ぼうれん草のツナ和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 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。

※5日(月)は、今年の干支「馬」からのネーミングですので、馬肉は入っていません。

※16日(木)のお餅パラエティー(以上児)は、納豆、きなこ、あんこ、雑煮の予定です。

※19日(月)、23日(金)は、ぞう組の発表会出し物にちなんだメニューです。