



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		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月	火	ごはん すまし汁 鯖の味噌煮 春雨の和え物 バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 野菜チップス
7月	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月	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月	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月	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日	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日	水	ひっぱりうどん 鶏肉のボン酢ソテー もやしの中華和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 ふかし芋
15日	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日	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日	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日	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日	火	ごはん どさんこ汁 鯖のスタミナ焼き お浸し バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 きな粉蒸しパン
21日	水	ごはん すまし汁 蒸し鶏の味噌ソースがけ 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日	木	ごはん みそ汁 鯖のカレー照り焼き 肉じゃが みかん	麦茶 せんべい	麦茶 豆乳くずもち
23日	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日	土	生活発表会		
26日	月	ごはん みそ汁 鯖の照り焼き 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日	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日	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日	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日	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日	土	焼肉丼 みそ汁 ほ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(バラエティー(以上用))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。