

2025年4月度 きたばたけ保育園 アレルギーメニュー

アレルギー表示 ●卵 ▲牛乳

★の日はお誕生日会 / ☺の日はお楽しみメニュー

氏名

日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)		アレルギー	変更内容
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料			
1	火	1 ボークカレー	豚肉	玉ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ・コーン 黄桃(缶詰)	米・じゃが芋・油 油・砂糖	カレーフレーク 酢・醤油	カルシウムせんべい お茶	りんご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・りんごジュース りんご(缶詰)・油 ▲牛乳		1 2 3	
		2 キャベツとほうれん草サラダ										
		3 フルーツ(黄桃缶)										
2	水	1 鶏肉の塩こうじ焼き	鶏肉	きゅうり・赤ピーマン・黄ピーマン 人参・干しいたけ	油 <small>スラフティ・オリーブ油・マヨネースタイプ(卵不使用)</small> 砂糖・でん粉 米	塩こうじ だし・醤油・本みりん・料理酒	かっぱえびせん お茶	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳		1 2 3 4 5	
		2 スバゲティサラダ										
		3 煮豆										
		4 ごはん										
		5 味噌汁										
3	木	1 白身魚の旨煮	ホキ	しょうが チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布	砂糖	ウスターソース・醤油・料理酒	星たべよ お茶	のり塩ポテト 牛乳	じゃが芋・油 塩・あおさのり ▲牛乳		1 2 3 4 5	
		2 チンゲン菜と白菜の塩昆布和え										
		3 がんもの煮物										
		4 ごはん										
		5 味噌汁										
4	金	1 けんちんうどん	生揚げ さつま揚げ	大根・ごぼう・人参・しめじ・青ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・赤ピーマン・ほうれん草 みかん(缶詰)	うどん 油 米	だし・醤油・本みりん・塩 チキンコンソメ かつおぶりかけ	カルシウムせんべい お茶	豚ねぎお焼き 牛乳	米・でん粉・醤油 豚ひき肉・青ねぎ・ごま油 ▲牛乳		1 2 3 4	
		2 平天と野菜の炒め物										
		3 ぶりかけごはん										
		4 フルーツ(みかん缶)										
5	土	1 そぼろ丼	鶏ひき肉・大豆たんぱく かつお節 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・グリーンピース チンゲン菜・人参 わかめ	米・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし だし	やわらかおかし お茶	カルシウムせんべい お茶	カルシウムせんべい ほうじ茶		1 2 3	
		2 チンゲン菜のおかか和え										
		3 味噌汁										
7	月	1 豚肉のチャプチェ	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油 里芋・砂糖 米	醤油・本みりん・料理酒 和風だし・料理酒・醤油	星たべよ お茶	わかめおにぎり 牛乳	米 わかめご飯の素 ▲牛乳		1 2 3 4 5	
		2 里芋の煮物										
		3 ごはん										
		4 味噌汁										
		5 フルーツ(パイナップル缶)										
8	火	1 白身魚の甘辛焼	たら	しょうが 白菜・小松菜・人参 ドライパセリ	砂糖・油 じゃが芋・油 米	醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 塩	カルシウムせんべい お茶	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー きな粉・砂糖・豆乳・油 ▲牛乳		1 2 3 4 5	
		2 白菜と小松菜の和え物										
		3 揚げじゃが										
		4 ごはん										
		5 味噌汁										
9	水	1 麻婆豆腐	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー・赤だし・赤みそ 肉しゅうまい	しょうが・にんにく・玉ねぎ・青ねぎ	油・砂糖・でん粉 米	醤油・料理酒・中華だし・塩	かっぱえびせん お茶	ミルクラスク 牛乳	▲食パン・▲バター ▲スキムミルク・砂糖 ▲牛乳		1 2 3 4 5	
		2 シューマイ										
		3 ごはん										
		4 中華スープ										
		5 フルーツ(りんご缶)										
											乳	シュガーラスク(麦ロール・油・砂糖)

日 曜 付 日	屋食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)		アレルギー	変更内容	
		主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料				
21月	1 白身魚フライ	白身魚フライ		油		星たべよ	豆腐マフィン	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー		1		
	2 ブロccoliのごま和え		ブロccoli・キャベツ	白ごま	醤油・本みりん・和風だし	お茶		油・豆腐・砂糖				2
	3 ひじきと高野豆腐の煮物	高野豆腐	ひじき・人参	油・砂糖	和風だし・醤油・料理酒		牛乳	▲牛乳				3
	4 ごはん			米								4
	5 味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜	おつゆ麩	だし							5
22火	1 豚肉と野菜の甘辛炒め	豚肉	人参・玉ねぎ・れんこん・しめじ・チンゲン菜	油・砂糖	醤油・本みりん・料理酒	カルシウムせんべい	ミルククッキー	小麦粉・▲スキムミルク		1		
	2 かぼちゃの旨煮		かぼちゃ	砂糖	和風だし・醤油・本みりん	お茶		▲バター油・▲低脂肪乳・砂糖				2
	3 ごはん			米			牛乳	▲牛乳				3
	4 味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・青ねぎ		だし							4
	5 フルーツ (パイナップル)		パイナップル (缶詰)									5
23水	1 ナポリタンスパゲティ	ウインナー	玉ねぎ・人参・ピーマン	スパゲティ・油	トマトケチャップ・チキンコンソメ	かっぱえびせん	納豆お焼き	米・納豆・あおさのり	乳	1		
	2 ブロccoliとわかめのサラダ		ブロccoli・太もやし・赤ピーマン・わかめ	砂糖・オリーブ油	酢・塩	お茶	牛乳	醤油・でん粉・油				2
	3 ロールパン			▲丸ロールパン				▲牛乳				3 麦ロール
	4 スープ		コーン・小松菜		チキンコンソメ							4
★ 24木	1 鶏肉の揚げ煮	鶏肉	ひじき・人参・黄ピーマン	でん粉・油・砂糖	醤油・本みりん・だし	星たべよ	アップルケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー		1		
	2 ひじきサラダ		ひじき・人参・黄ピーマン	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	和風だし・醤油・本みりん	お茶		砂糖・豆乳・油・りんご(缶詰)				2
	3 さつま芋のあおさ焼		あおさのり	さつま芋・油			牛乳	▲牛乳				3
	4 ごはん			米								4
	5 味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ		だし							5
25金	1 ハヤシライス	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ	米・油	ハヤシシレーク・トマトケチャップ	カルシウムせんべい	きなこトースト	▲食パン・▲バター	乳	1		
	2 大根とコーンのサラダ		大根・コーン・ほうれん草・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油	お茶	牛乳	きな粉・砂糖				2
	3 フルーツ (バナナ)		バナナ					▲牛乳				3
26土	1 豚肉と根菜の煮物	豚肉	ごぼう・人参・れんこん・グリーンピース	黒こんにゃく・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒	やわらかおかし	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい		1		
	2 キャベツときゅうりの梅風味和え		きゅうり・キャベツ・練り梅	米	醤油・本みりん・和風だし	お茶	お茶	ほうじ茶				2
	3 ごはん											3
	4 味噌汁	赤みそ・白みそ	太もやし・小松菜		だし							4
28月	1 ハンバーグ	ハンバーグ		油	トマトケチャップ・ウスターソース	星たべよ	おかおにぎり	米・かつお節		1		
	2 ポテトフライ			ポテトフライ・油	塩	お茶	牛乳	醤油				2
	3 ほうれん草サラダ		ほうれん草・ブロccoli・人参	砂糖・オリーブ油	酢・塩			▲牛乳				3
	4 ごはん			米								4
	5 スープ		わかめ・玉ねぎ		チキンコンソメ							5
30水	1 牛肉コロッケ			▲牛肉コロッケ・油		かっぱえびせん	オレンジかん	寒天・オレンジジュース	乳	1	チキンソテー (鶏肉・塩・コンソメ)	
	2 ウインナーと野菜のソテー	ウインナー	玉ねぎ・コーン・さやいんげん	油	チキンコンソメ	お茶		砂糖				2
	3 キャベツの赤しそ和え		キャベツ・人参		ゆかり		アンパンマンソフトせんべい	ソフトせんべい				3
	4 ごはん			米			牛乳	▲牛乳				4
	5 味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜・大根		だし							5

栄養師の平均 エネルギー461kcal たんぱく質14.8g 脂質12.9g カルシウム188mg

◆午前のおやつ 〇・1歳児…お茶・お菓子 / 2歳児以上…お茶・お菓子
 ⇒1歳児午前おやつ・・・月・木：たべっ子ベイビー / 火・金：カルシウムせんべい / 水・土：やわらかおかし
 *材料の都合により、献立が一部変更になる場合がございます。ご了承ください。
 *アレルギー食が記載されていない食品について
 ・午後のおやつのお菓子はりんごジュース(おにぎりの場合はお茶)に変更致します
 ・午前のおやつで、アレルギーのお子様には、アレルギーを含まないお菓子をご提供します。
 *3時のおやつメニューがフルーツの場合は、フルーツに加えて、アレルギーを含まないお菓子をご提供します。

保護者氏名 _____ 印 _____

2025年4月度 きたばたけ保育園 完了期アレルギーメニュー

アレルギー表示 ●卵 ▲乳

★の日はお誕生日会 / ☺の日はお楽しみメニュー

氏名

日曜日	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)		アレルギー	変更内容				
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料							
1	火	1 豚じゃが	豚肉	玉ねぎ・人参	じゃが芋・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒	ベビーせんべい	りんご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー	1						
		2 キャベツとほうれん草サラダ		ほうれん草・キャベツ・コーン								油・砂糖	酢・醤油	お茶	砂糖・りんごジュース	2
		3 軟飯										米			りんご(缶詰)・油	3
		4 スープ		玉ねぎ								おつゆ麩	だし	牛乳	▲牛乳	4
2	水	1 鶏肉の塩こうじ焼き	鶏肉		油	塩こうじ	野菜ハイハイ	ジャムサンド	▲食パン	1						
		2 スバゲティサラダ		きゅうり・赤ピーマン・黄ピーマン	スバゲティ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用)	だし・醤油・本みりん・料理酒	お茶	牛乳	いちごジャム	2						
		3 煮豆		人参・干しいたけ	砂糖・でん粉				▲牛乳	3						
		4 軟飯			米					4						
		5 味噌汁		赤みそ・白みそ	小松菜・太もやし	だし				5						
								乳		ジャムサンド(麦ロール・いちごジャム)						
3	木	1 白身魚の旨煮	ホキ	しょうが	砂糖	ウスターソース・醤油・料理酒	ベビーせんべい	のり塩ポテト	じゃが芋・油	1						
		2 チンゲン菜と白菜の塩昆布和え		チンゲン菜・白菜・人参・塩昆布			お茶	牛乳	塩・あおさのり	2						
		3 がんもの煮物		がんもどき	砂糖	だし・醤油・料理酒			▲牛乳	3						
		4 軟飯			米					4						
		5 味噌汁		豆腐・赤みそ・白みそ	わかめ	だし				5						
4	金	1 けんちんうどん	生揚げ	大根・ごぼう・人参・しめじ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	野菜ハイハイ	豚ねぎお焼き	米・でん粉・醤油	1						
		2 平天と野菜の炒め物		玉ねぎ・赤ピーマン・ほうれん草	油	チキンコンソメ	お茶	牛乳	豚ひき肉・青ねぎ・ごま油	2						
		3 軟飯			米				▲牛乳	3						
		4 フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)						4						
5	土	1 そぼろ丼	鶏ひき肉・大豆たんぱく	人参・玉ねぎ・グリーンピース	米・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし	ベビーせんべい	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ	1						
		2 チンゲン菜のおかか和え		チンゲン菜・人参			お茶	お茶	ほうじ茶	2						
		3 味噌汁		わかめ	おつゆ麩	だし				3						
7	月	1 豚肉のチャブチエ	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・赤ピーマン	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油	醤油・本みりん・料理酒	野菜ハイハイ	わかめお焼き	米	1						
		2 里芋の煮物			里芋・砂糖	和風だし・料理酒・醤油	お茶	牛乳	わかめご飯の素	2						
		3 軟飯			米				▲牛乳	3						
		4 味噌汁		油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草	だし				4						
		5 フルーツ(パイナップル)		パイナップル(缶詰)						5						
8	火	1 白身魚の甘辛焼	たら	しょうが	砂糖・油	醤油・料理酒	ベビーせんべい	きなご蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー	1						
		2 白菜と小松菜の和え物		白菜・小松菜・人参		醤油・本みりん・だし	お茶	牛乳	きな粉・砂糖・豆乳・油	2						
		3 揚げじゃが		ドライパセリ	じゃが芋・油				▲牛乳	3						
		4 軟飯			米					4						
		5 味噌汁		赤みそ・白みそ	太もやし・わかめ	だし				5						
9	水	1 麻婆豆腐	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー・青豆・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・青ねぎ	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし・塩	野菜ハイハイ	ミルクラスク	▲食パン・▲バター	1						
		2 シューマイ		肉しゅうまい			お茶	牛乳	▲スキムミルク・砂糖	2						
		3 軟飯			米				▲牛乳	3						
		4 中華スープ		チンゲン菜・コーン		中華だし・醤油・塩				4						
		5 フルーツ(りんご缶)		りんご(缶詰)						5						
								乳		シュガーラスク(麦ロール・油・砂糖)						

日曜日 付日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)		アレルギー	変更内容
		主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料			
10月 木	1 鶏肉の照焼	鶏肉		油・砂糖	醤油・本みりん	ベビーせんべい	ツナ味噌お焼き	米・ツナフレーク・白ごま			
	2 焼かぼちゃ		かぼちゃ	油	塩	お茶		赤みそ・醤油・砂糖			
	3 キャベツと人参のおかか和え	かつお節	キャベツ・人参		醤油・本みりん・和風だし		牛乳	▲牛乳			
	4 軟飯			米							
	5 味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	小松菜		だし						
11月 金	1 中華丼	豚肉	白菜・太もやし・玉ねぎ・人参・さやえんどう	米・油・でん粉	中華だし・醤油・塩	野菜ハイハイ	豆腐クッキー	小麦粉・ベーキングパウダー			
	2 厚揚げと里芋の味噌煮	生揚げ・赤みそ		里芋・砂糖	だし・本みりん	お茶	牛乳	砂糖・油・豆腐			
	3 中華スープ		ほうれん草・大根		中華だし・醤油・塩			▲牛乳			
	4 フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)								
12月 土	1 すき焼き風煮	牛肉・焼豆腐	人参・玉ねぎ・生しいたけ	油・糸こんにゃく(白滝)・砂糖	だし・醤油・本みりん	ベビーせんべい	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ			
	2 チンゲン菜とキャベツのお浸し		チンゲン菜・キャベツ		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶			
	3 軟飯			米							
	4 味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ		さつまい	だし						
14月 月	1 鶏じゃが	鶏肉	玉ねぎ・人参	じゃが芋・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒	野菜ハイハイ	野菜ハンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー			
	2 ちくわと野菜のサラダ	ちくわ	白菜・ほうれん草・コーン	油・砂糖	酢・醤油	お茶	牛乳	砂糖・油・野菜&果物ジュース			
	3 軟飯			米				▲牛乳			
	4 スープ		大根	おつゆ麩	だし						
15月 火	1 白身魚の味噌煮	ホキ・赤みそ	しょうが	砂糖	醤油・本みりん・料理酒	ベビーせんべい	大学芋	さつまい・油			
	2 小松菜とキャベツのごま和え		小松菜・キャベツ・人参	白ごま	醤油・本みりん・だし	お茶	牛乳	砂糖・黒ごま			
	3 ビーフンソテー		赤ピーマン・ピーマン・玉ねぎ	ビーフン・油	中華だし・塩			▲牛乳			
	4 軟飯			米							
	5 すまし汁	豆腐	青ねぎ		だし・醤油・塩						
16月 水	1 醤油ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・太もやし	中華麺・油・ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース	野菜ハイハイ	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり			
	2 れんこんきんぴら		れんこん・さやいんげん	つきこんにゃく・油・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒	お茶	牛乳	醤油・油			
	3 軟飯			米				▲牛乳			
	4 フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)								
17月 木	1 クリームシチュー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク	人参・玉ねぎ・ブロッコリー	じゃが芋・油	▲クリームシチューミックス	ベビーせんべい	シュガートースト	▲食パン・▲バター	乳	1 ホトフ(コンソメ)	
	2 しらすサラダ	しらす	キャベツ・小松菜・赤ピーマン・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油	お茶	牛乳	砂糖			
	3 軟飯			米				▲牛乳			
	4 ブルーベリーゼリー				ブルーベリーゼリー						
18月 金	1 肉団子の照り煮	チキンボール	しょうが	油・砂糖・でん粉	和風だし・醤油・本みりん	野菜ハイハイ	ころもチーズ焼シソ	小麦粉・ベーキングパウダー			
	2 切干大根サラダ		切干大根・ほうれん草・人参	砂糖・油	醤油・酢・本みりん	お茶	牛乳	砂糖・▲低脂肪乳			
	3 揚かぼちゃ		かぼちゃ	油	塩			▲チーズ・油			
	4 軟飯			米				▲牛乳			
	5 味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ		だし						
19月 土	1 豆腐のあんかけ丼	鶏肉・豆腐	玉ねぎ・人参・さやえんどう	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし	ベビーせんべい	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ			
	2 さつまいの甘煮			さつまい・砂糖		お茶	お茶	ほうじ茶			
	3 味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ・太もやし		だし						

日曜日 曜日	食	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午前)		おやつ(午後)		アレルギー	変更内容								
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料											
21 月	1	白身魚の煮付け	かれい	しょうが	砂糖	醤油・料理酒・だし	野菜ハイハイ	豆腐マフィン	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー		1									
	2	ブロッコリーのごま和え		ブロッコリー・キャベツ	白ごま	醤油・本みりん・和風だし	お茶	油・豆腐・砂糖					2							
	3	ひじきと高野豆腐の煮物	高野豆腐	ひじき・人参	油・砂糖	和風だし・醤油・料理酒		牛乳								3				
	4	軟飯			米														4	
	5	味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜	おつゆ麩	だし		▲牛乳												
1	豚肉と野菜の甘辛炒め	豚肉	人参・玉ねぎ・れんこん・しめじ・チンゲン菜	油・砂糖	醤油・本みりん・料理酒	ベビーせんべい	蒸さつま芋	さつま芋			1									
2	かぼちゃの旨煮		かぼちゃ	砂糖	和風だし・醤油・本みりん	お茶	牛乳	▲牛乳					2							
3	軟飯			米											3					
4	味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・青ねぎ		だし													4		
5	フルーツ(バナナ)		バナナ(缶詰)																	
1	ナポリタンスパゲティ	ウィンナー	玉ねぎ・人参・ピーマン	スパゲティ・油	トマトケチャップ・チキンコンソメ	野菜ハイハイ	納豆お焼き			米・納豆・あおさのり		1								
2	ブロッコリーとわかめのサラダ		ブロッコリー・太もやし・赤ピーマン・わかめ	砂糖・オリーブ油	酢・塩	お茶	牛乳		醤油・でん粉・油	乳			2	麦ロール						
3	ロールパン			▲丸ロールパン				▲牛乳							3					
4	スープ		コーン・小松菜		チキンコンソメ													4		
1	鶏肉の煮物	鶏肉	ひじき・人参・黄ピーマン	砂糖	醤油・本みりん・和風だし	ベビーせんべい	アップルケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー												
2	ひじきサラダ		ひじき・人参・黄ピーマン	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	和風だし・醤油・本みりん	お茶	牛乳	砂糖・豆乳・油・りんご(缶詰)				2								
3	さつま芋のあおさ焼		あおさのり	さつま芋・油				▲牛乳					3							
4	軟飯			米											4					
5	味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ		だし													5		
1	ハヤシライス	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ	米・油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ	野菜ハイハイ	きなこトースト	▲食パン・▲バター												
2	大根とコーンのサラダ		大根・コーン・ほうれん草・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油	お茶	牛乳	きな粉・砂糖				2								
3	フルーツ(バナナ)		バナナ					▲牛乳					3							
1	豚肉と根菜の煮物	豚肉	ごぼう・人参・れんこん・グリーンピース	黒こんにゃく・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒	ベビーせんべい	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ							1					
2	キャベツときゅうりの梅風味和え		きゅうり・キャベツ・練り梅		醤油・本みりん・和風だし	お茶	お茶	ほうじ茶										2		
3	軟飯			米																
4	味噌汁	赤みそ・白みそ	太もやし・小松菜		だし							4								
1	ハンバーグ	ハンバーグ		油	トマトケチャップ・ウスターソース	野菜ハイハイ	おかかお焼き	米・かつお節					1							
2	ポテトフライ			ポテトフライ・油	塩	お茶	牛乳	醤油							2					
3	ほうれん草サラダ		ほうれん草・ブロッコリー・人参	砂糖・オリーブ油	酢・塩			▲牛乳										3		
4	軟飯			米																
5	スープ		わかめ・玉ねぎ		チキンコンソメ							5								
1	マッシュポテト			▲マッシュポテト・油		野菜ハイハイ	オレンジかん	寒天・オレンジジュース		乳			1	チキンソテー(鶏肉・塩・コンソメ)						
2	ウィンナーと野菜のソテー	ウィンナー	玉ねぎ・コーン・さやいんげん	油	チキンコンソメ	お茶	ベビーせんべい	砂糖							2					
3	キャベツの赤しそ和え		キャベツ・人参		ゆかり		牛乳	ベビーせんべい										3		
4	軟飯			米				▲牛乳												
5	味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜・大根		だし							5								

栄養価の平均 エネルギー372kcal たんぱく質12.5g 脂質9.9g カルシウム153mg

*材料の都合により、献立が一部変更になる場合がございます。ご了承下さい。
 *アレルギー食が記載されていない食品について
 ・午後のおやつ(牛乳はりんごジュース(おにぎりの場合はお茶)に変更致します)
 ・午前のおやつで、アレルギーのお子様には、アレルギーを含まないお菓子をご提供します。
 *3時のおやつメニューがフルーツの場合は、フルーツに加えて、アレルギーを含まないお菓子をご提供します。

保護者氏名 _____ 印 _____