


## 2026年2月度 きたばたけ保育園 アレルギーメニュー

●卵 ▲乳

氏名

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			
2月	1	牛肉コロッケ	かつお節	白菜・小松菜 ひじき・人参・グリーンピース	▲牛肉コロッケ・油  油・砂糖 米	醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・料理酒  だし	星たべよ お茶	ホットケーキ  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳 ▲牛乳	乳	1	チキンソテー（鶏肉・塩・コンソメ）
	2	白菜と小松菜のおかか和え									2	
	3	ひじき煮									3	
	4	ごはん									4	
	5	味噌汁									5	
3火	1	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ さつま揚げ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが れんこん・さやいんげん 菜めしの素 みかん(缶詰)	中華麺・油・ごま油 白ごま・油・砂糖 米	中華だし・塩・醤油 和風だし・醤油・本みりん・料理酒	カルシウムせんべい お茶	らんわり飛まんじゅう  牛乳	小麦粉・上新粉・ベーキングパウダー 砂糖・さつま芋 ▲牛乳		1	
	2	れんこんさんびら									2	
	3	菜めしごはん									3	
	4	フルーツ（みかん缶）									4	
4水	1	サバの蒲焼風	さば	しょうが 太もやし・チンゲン菜・人参 かぼちゃ  ほうれん草	でん粉・油・砂糖  砂糖 米	料理酒・醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし 醤油  だし	かっぱえびせん お茶	カルシウムトースト  牛乳	▲食パン・しらす・▲ミックスチーズ あおさのり・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲牛乳	乳	1	
	2	もやしとチンゲン菜のお浸し									2	
	3	かぼちゃの甘辛和え									3	
	4	ごはん									4	
	5	味噌汁									5	
5木	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・小松菜	油・砂糖 さつま芋 米	醤油・本みりん・料理酒  だし	星たべよ お茶	昆布おにぎり  牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳		1	
	2	蒸さつま芋									2	
	3	ごはん									3	
	4	味噌汁									4	
	5	フルーツ（黄桃缶）									5	
6金	1	チキンカレー	鶏肉 しらす	玉ねぎ・人参 太もやし・ブロッコリー・コーン バナナ	米・じゃが芋・油 砂糖・油	カレーフレーク（アレルギーフリー） 酢・醤油	カルシウムせんべい お茶	らんわりココアクッキー  牛乳	小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐 ▲牛乳		1	
	2	しらすと野菜のサラダ									2	
	3	フルーツ（バナナ）									3	
9月	1	ハンバーグ	ハンバーグ ▲チーズ	キャベツ・きゅうり・人参  玉ねぎ・ほうれん草	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) ポテトフライ・油 米	トマトケチャップ・ウスターソース  塩  チキンコンソメ	星たべよ お茶	ねぎ味噌お焼き  牛乳	米・でん粉・赤みそ しらす・青ねぎ・油 ▲牛乳	乳	1	
	2	チーズサラダ									2	チーズなし
	3	ポテトフライ									3	
	4	ごはん									4	
	5	スープ									5	
10火	1	白身魚の照焼	ホキ ちくわ	チンゲン菜・白菜 かぼちゃ	油・砂糖 白ごま 砂糖 米	醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし・醤油・本みりん  だし	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	ちくわとチンゲン菜のごま和え									2	
	3	かぼちゃの煮物									3	
	4	ごはん									4	
	5	味噌汁									5	

日曜日 日付		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			
12:木	1	かぼちゃひき肉フライ	かぼちゃ挽肉フライ	キャベツ・小松菜・人参・塩昆布 グリーンピース	油	だし・醤油	星たべよ お茶	青菜おにぎり 牛乳	米 菜めしの素 ▲牛乳		1	
	2	キャベツと小松菜の塩昆布和え	高野豆腐		砂糖 米 おつゆ麩							
	3	高野豆腐の煮物										
	4	ごはん										
	5	味噌汁									赤みそ・白みそ	
13:金	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・グリーンピース	じゃが芋	▲クリームシチューミックス	カルシウムせんべい	きなこトースト	▲食パン・▲バター	乳	1	ボトフ（コンソメ）
	2	花野菜サラダ	カリフラワー・ブロッコリー・黄ピーマン・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 ▲牛乳				
	3	コーンピラフ										
	4	バインゼリー							コーン		米・油	
14:土	1	豚丼	豚肉	人参・玉ねぎ	米・砂糖・でん粉	和風だし・醤油・本みりん・料理酒	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい		1	
	2	切干大根の煮物	さつま揚げ	切干大根・さいいんげん	油・砂糖	だし・醤油・料理酒	お茶	お茶	ほうじ茶			
	3	味噌汁	赤みそ・白みそ	小松菜・しめじ	だし							
16:月	1	白身魚フライ	白身魚フライ	ひじき・人参・きゅうり ごぼう・赤ピーマン	油	和風だし・醤油・本みりん	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	ひじきサラダ	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) つきこんにゃく・白ごま・油・砂糖 米		和風だし・醤油・本みりん・料理酒							
	3	きんぴらごぼう										
	4	ごはん										
	5	味噌汁				赤みそ・白みそ					わかめ・玉ねぎ	
17:火	1	麻婆丼	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・干しいたけ	米・油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし	カルシウムせんべい	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり		1	
	2	もやしとチンゲン菜の中華和え	太もやし・チンゲン菜・人参 コーン・白菜 りんご(缶詰)	米・油・砂糖・でん粉 ごま油	醤油・料理酒・中華だし 醤油・本みりん・中華だし 中華だし・醤油・塩	お茶	牛乳	醤油・油 ▲牛乳				
	3	中華スープ										
	4	フルーツ（りんご缶）										
18:水	1	スパゲティボロネーゼ	牛豚ひき肉	玉ねぎ・人参・しょうが・にんにく・トマトピューレ・ドライパセリ	スパゲティ・オリーブ油・砂糖	トマトケチャップ・ウスターソース・チキンコンソメ・塩	かつばえびせん	わかめおにぎり	米	乳	1	麦ロール
	2	ツナサラダ	ツナフレーク	キャベツ・黄ピーマン・ブロッコリー・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油	お茶	牛乳	わかめご飯の素 ▲牛乳			
	3	ロールパン	ほうれん草・大根 バイン（缶詰）	▲丸ロールパン	チキンコンソメ							
	4	スープ										
	5	フルーツ（バイン缶）										
19:木	1	鶏肉のごま味噌がらめ	鶏肉・赤みそ	小松菜・白菜・人参	でん粉・油・砂糖・白ごま	醤油・本みりん・だし	星たべよ お茶	ピーチケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・砂糖		1	
	2	ちくわと白菜の煮浸し	ちくわ		砂糖	醤油・本みりん・だし			醤油・本みりん・だし			
	3	さつま芋の煮物										
	4	ごはん										
	5	すまし汁									豆腐	
20:金	1	カレーライス	牛肉	玉ねぎ・人参	米・じゃが芋・油	カレーフレーク（アレルギーフリー）	カルシウムせんべい	豆腐ブラウニー	小麦粉・大豆粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー		1	
	2	平天と野菜のサラダ	さつま揚げ	太もやし・チンゲン菜・コーン・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	油・豆腐・砂糖 ▲牛乳			
	3	フルーツ（みかん缶）	みかん(缶詰)									

日 付	曜 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	土	1 2 3	豚肉と白菜のうどん かぼちゃのしらす煮 ふりかけごはん	豚肉 しらす	白菜・人参・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ	うどん・砂糖 砂糖 米	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 醤油・料理酒・だし かつおふりかけ	やわらかおかき 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	
24	火	1 2 3 4 5	肉団子の照り煮 キャベツの赤しそ和え がんもの煮物 ごはん 味噌汁	チキンボール  がんもどき  赤みそ・白みそ	しょうが キャベツ・きゅうり・人参  玉ねぎ・わかめ	油・砂糖・でん粉  砂糖 米	だし・醤油・本みりん ゆかり 和風だし・醤油・料理酒  だし	カルシウムせんべい お茶	ミルククッキー  牛乳	小麦粉・▲バター・油 ▲牛乳・砂糖 ▲牛乳		1 2 3 4 5	
25	水	1 2 3 4	ほうとう風うどん もやしと小松菜のお浸し わかめごはん フルーツ（黄桃缶）	豚肉・赤みそ	かぼちゃ・大根・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布 太もやし・小松菜・人参 わかめご飯の素 黄桃(缶詰)	うどん  米	だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・和風だし	かっぱえびせん お茶	しらすごまおにぎり  牛乳	米・しらす 白ごま・醤油 ▲牛乳		1 2 3 4	
26	木	1 2 3 4 5	鶏肉の揚げ煮 ちくわと野菜のサラダ 蒸さつま芋 ごはん 味噌汁	鶏肉 ちくわ  赤みそ・白みそ	キャベツ・コーン・人参  玉ねぎ・ほうれん草	でん粉・油・砂糖 油・砂糖 さつま芋 米	醤油・本みりん・和風だし 醤油・酢  だし	星だべよ お茶	きなこバターサンド  牛乳	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳		1 2 3 4 5	
27	金	1 2 3 4 5	サバの煮付け 油揚げと白菜の煮浸し 蒸かぼちゃ ごはん 味噌汁	さば 油揚げ  赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・人参 かぼちゃ  玉ねぎ・チンゲン菜	砂糖 砂糖  米	和風だし・醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし 塩  だし	カルシウムせんべい お茶	オレンジパンケーキ  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・オレンジジュース ▲牛乳		1 2 3 4 5	
28	土	1 2 3	そぼろ丼 もやしとブロッコリーの和え物 味噌汁	豚ひき肉・大豆たんぱく  豆腐・赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・さやいんげん 太もやし・ブロッコリー ほうれん草	米・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし 醤油・本みりん・だし だし	やわらかおかき 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	


栄養価の平均   エネルギー472kcal   たんぱく質15.3g   脂質13.8g   カルシウム189mg

◆午前のおやつ   0・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：たべっこベイビー   /   火・金：カルシウムせんべい   /   水・土：やわらかおかき  
＊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  
・午後のおやつは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 \_\_\_\_\_

**2026年2月度 きたばたけ保育園 完了期アレルギーメニュー**

氏名

日 付	曜 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				
2月	1	マッシュポテト	かつお節	白菜・小松菜 ひじき・人参・グリンピース	▲マッシュポテト・油  油・砂糖 米	醤油・本みりん・和風だし 和風だし・醤油・料理酒  だし	野菜ハイハイ お茶	ホットケーキ  牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖  油・豆乳 ▲牛乳	乳	1	チキンソテー（鶏肉・塩・コンソメ）	
	2	白菜と小松菜のおかか和え									2		
	3	ひじき煮									3		
	4	軟飯									4		
	5	味噌汁									赤みそ・白みそ	玉ねぎ・わかめ	5
3火	1	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ さつま揚げ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが れんこん・さやいんげん  みかん(缶詰)	中華麺・油・ごま油 白ごま・油・砂糖 米	中華だし・塩・醤油 和風だし・醤油・本みりん・料理酒	ベビーせんべい お茶	さんわり煮まんじゅう  牛乳	小麦粉・上新粉・ベーキングパウダー 砂糖・さつま芋 ▲牛乳		1		
	2	れんこんきんぴら									2		
	3	軟飯									3		
	4	フルーツ（みかん缶）									4		
4水	1	白身魚の蒲焼風	かれい	しょうが 太もやし・チンゲン菜・人参 かぼちゃ  ほうれん草	でん粉・油・砂糖  砂糖 米	料理酒・醤油・本みりん 醤油・本みりん・和風だし 醤油  だし	野菜ハイハイ お茶	カルシウムトースト  牛乳	▲鶏パン・しらす・▲ミックスチーズ あおさのり・マヨネーズタイプ(卵不使用) ▲牛乳		1		
	2	もやしとチンゲン菜のお浸し									2		
	3	かぼちゃの甘辛和え									3		
	4	軟飯									4		
	5	味噌汁									豆腐・赤みそ・白みそ	5	
5木	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・小松菜	油・砂糖 さつま芋 米	醤油・本みりん・料理酒  だし	ベビーせんべい お茶	昆布お焼き  牛乳	米 塩昆布 ▲牛乳		1		
	2	蒸さつま芋									2		
	3	軟飯									3		
	4	味噌汁									赤みそ・白みそ	大根・わかめ 黄桃(缶詰)	4
	5	フルーツ（黄桃缶）									5		
6金	1	鶏じゃが	鶏肉 しらす	玉ねぎ・人参 太もやし・ブロッコリー・コーン  チンゲン菜	じゃが芋・砂糖 砂糖・油 米 おつゆ麩	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 酢・醤油  だし	野菜ハイハイ お茶	さんわりココアクッキー  牛乳	小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー 砂糖・油・豆腐 ▲牛乳		1		
	2	しらすと野菜のサラダ									2		
	3	軟飯									3		
	4	スープ											
9月	1	ハンバーグ	ハンバーグ ▲チーズ	キャベツ・きゅうり・人参  玉ねぎ・ほうれん草	油 マヨネーズタイプ(卵不使用) ポテトフライ・油 米	トマトケチャップ・ウスターソース  塩  チキンコンソメ	野菜ハイハイ お茶	ねぎ味噌お焼き  牛乳	米・でん粉・赤みそ しらす・青ねぎ・油 ▲牛乳	乳	1		
	2	チーズサラダ									2	チーズなし	
	3	ポテトフライ									3		
	4	軟飯									4		
	5	スープ									5		
10火	1	白身魚の照焼	ホキ ちくわ	チンゲン菜・白菜 かぼちゃ  人参・玉ねぎ	油・砂糖 白ごま 砂糖 米	醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし・醤油・本みりん  だし	ベビーせんべい 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	ちくわとチンゲン菜のごま和え									2		
	3	かぼちゃの煮物									3		
	4	軟飯									4		
	5	味噌汁									赤みそ・白みそ	5	

日 曜 日	曜 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						
12月	木	1 マッシュパンブキン 2 キャベツと小松菜の塩昆布和え 3 高野豆腐の煮物 4 軟飯 5 味噌汁	マッシュパンブキン  高野豆腐  赤みそ・白みそ	キャベツ・小松菜・人参・塩昆布 グリーンピース  ほうれん草	油  砂糖 米 おつゆ麩	  だし・醤油  だし	ベビーせんべい お茶	青菜お焼き  牛乳	米 菜めしの素 ▲牛乳		1 2 3 4 5				
	13月	金	1 クリームシチュー 2 花野菜サラダ 3 軟飯 4 バインゼリー	鶏肉・▲低脂肪乳・▲スキムミルク	人参・玉ねぎ・グリーンピース カリフラワー・ブロッコリー・黄ピーマン・レモン果汁	じゃが芋 砂糖・オリーブ油 米	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油  バインゼリー	野菜ハイハイン お茶	きなこトースト  牛乳	▲食パン・▲バター きな粉・砂糖 ▲牛乳	乳	1 2 3 4	ボトフ（コンソメ）		
		14月	土	1 豚丼 2 切干大根の煮物 3 味噌汁	豚肉 さつま揚げ 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ 切干大根・さやいんげん 小松菜・しめじ	米・砂糖・でん粉 油・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし	ベビーせんべい お茶	野菜ハイハイン お茶	野菜ハイハイン ほうじ茶		1 2 3		
			16月	月	1 白身魚の煮付け 2 ひじきサラダ 3 きんぴらごぼう 4 軟飯 5 味噌汁	たら   赤みそ・白みそ	しょうが ひじき・人参・きゅうり ごぼう・赤ピーマン  わかめ・玉ねぎ	砂糖 砂糖・マヨネースタイプ(卵不使用) つきこんにゃく・白ごま・油・砂糖 米	醤油・料理酒・だし 和風だし・醤油・本みりん 和風だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	野菜ハイハイン 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	
				17月	火	1 麻婆丼 2 もやしとチンゲン菜の中華和え 3 中華スープ 4 フルーツ（りんご缶）	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・干しいたけ 太もやし・チンゲン菜・人参 コーン・白菜 りんご缶詰	米・油・砂糖・でん粉 ごま油	醤油・料理酒・中華だし 醤油・本みりん・中華だし 中華だし・醤油・塩	ベビーせんべい お茶	じゃこお焼き  牛乳	米・しらす・あおさのり 醤油・油 ▲牛乳		1 2 3 4
18月	水	1 スパゲティボロネーゼ 2 ツナサラダ 3 ロールパン 4 スープ 5 フルーツ（バイン缶）			牛豚ひき肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参・しょうが・にんにく・トマトピューレ・ドライパセリ キャベツ・黄ピーマン・ブロッコリー・レモン果汁  ほうれん草・大根 バイン（缶詰）	スパゲティ・オリーブ油・砂糖 砂糖・オリーブ油 ▲丸ロールパン	トマトクチャップ・ウスターソース・チキンコンソメ・塩 酢・塩・醤油  チキンコンソメ	野菜ハイハイン お茶	わかめお焼き  牛乳	米 わかめご飯の素 ▲牛乳	乳	1 2 3 4 5	麦ロール	
	19月	木			1 鶏肉のごま味噌がらめ 2 ちくわと白菜の煮浸し 3 さつま芋の煮物 4 軟飯 5 すまし汁	鶏肉・赤みそ ちくわ  豆腐	小松菜・白菜・人参  わかめ	でん粉・油・砂糖・白ごま 砂糖 さつま芋 米	醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	ベビーせんべい お茶	ピーチケーキ  牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・黄桃（缶詰） ▲牛乳		1 2 3 4 5	
		20月	金		1 肉じゃが 2 平天と野菜のサラダ 3 軟飯 4 スープ	牛肉 さつま揚げ	玉ねぎ・人参 太もやし・チンゲン菜・コーン・黄ピーマン・レモン果汁  大根	じゃが芋・砂糖 砂糖・オリーブ油 米 おつゆ麩	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 酢・塩・醤油  だし	野菜ハイハイン お茶	豆腐ブラウニー  牛乳	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー 油・豆腐・砂糖 ▲牛乳		1 2 3	

日 付 曜 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 土	1	豚肉と白菜のうどん	豚肉	白菜・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩	ベビーせんべい	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン		1 2 3	
	2	かぼちゃのしらす煮	しらす	かぼちゃ	砂糖	醤油・料理酒・だし	お茶	お茶	ほうじ茶			
	3	軟飯			米							
24 火	1	肉団子の照り煮	チキンボール	しょうが	油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん	ベビーせんべい	蒸さつま芋	さつま芋		1 2 3 4 5	
	2	キャベツの赤しそ和え		キャベツ・きゅうり・人参		ゆかり	お茶	牛乳	▲牛乳			
	3	がんもの煮物	がんもどき		砂糖	和風だし・醤油・料理酒						
	4	軟飯			米							
	5	味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・わかめ		だし						
25 水	1	ほうとう風うどん	豚肉・赤みそ	かぼちゃ・大根・干しいたけ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・料理酒	野菜ハイハイン	しらすごまお焼き	米・しらす		1 2 3 4	
	2	もやしと小松菜のお浸し		太もやし・小松菜・人参		醤油・本みりん・和風だし	お茶		白ごま・醤油			
	3	軟飯			米			牛乳	▲牛乳			
	4	フルーツ（黄桃缶）		黄桃(缶詰)								
26 木	1	鶏肉の煮物	鶏肉		砂糖	醤油・本みりん・和風だし	ベビーせんべい	きなこバターサンド	▲食パン・きな粉		1 2 3 4 5	
	2	ちくわと野菜のサラダ	ちくわ	キャベツ・コーン・人参	油・砂糖	醤油・酢	お茶	牛乳	▲バター・砂糖			
	3	蒸さつま芋			さつま芋				▲牛乳			
	4	軟飯			米							
	5	味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草		だし						
27 金	1	白身魚の煮付け	たら	しょうが	砂糖	和風だし・醤油・料理酒	野菜ハイハイン	オレンジパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖		1 2 3 4 5	
	2	油揚げと白菜の煮浸し	油揚げ	白菜・人参	砂糖	醤油・本みりん・だし	お茶	牛乳	油・オレンジジュース			
	3	蒸かぼちゃ		かぼちゃ		塩			▲牛乳			
	4	軟飯			米							
	5	味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・チンゲン菜		だし						
28 土	1	そぼろ丼	豚ひき肉・大豆たんぱく	人参・玉ねぎ・さやいんげん	米・油・砂糖	醤油・本みりん・和風だし	ベビーせんべい	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン		1 2 3	
	2	もやしとブロッコリーの和え物		太もやし・ブロッコリー		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶			
	3	味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	ほうれん草		だし						

栄養価の平均   エネルギー377kcal   たんぱく質13.2g   脂質10.1g   カルシウム157mg

\* 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  
・ 午後のおやつは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 \_\_\_\_\_