



令和6年 わかば認定こども園

卵アレルギー：ピンク
 ごまアレルギー：オレンジ
 乳アレルギー：水色
 2種以上のアレルギー：緑

栄養士：平良 良子

日	朝おやつ	献立	アレルギー対応代替献立	おやつ	アレルギー対応代替おやつ	(あか)血や肉をつくる	(きいろ)熱や力になる	(みどり)体の調子を整える
1日(月)	りんご	ビーフカレー 野菜サラダ わかめスープ 黄桃		牛乳 サーターアンダギー	豆乳 たい焼き	牛肉 わかめ ツナ 卵 牛乳	米 じゃが芋 油 小麦粉 砂糖 ケーキミックス カレールー	人参 玉ねぎ マッシュルーム キャベツ グリーンピース えのき きゅうり トマト 長ネギ 黄桃
2日(火)	バナナ	麦ご飯 鶏肉の照焼き コールスロー 人参しりしり 厚揚げのみそ汁 オレンジ	ブロッコリーソテー	牛乳 豆腐スコーン	豆乳 りんごのタルト	鶏肉 卵 厚揚げ みそ 豆腐 牛乳	米 押麦 砂糖 油 マヨレ パター ケーキミックス チョコチップ	キャベツ コーン にんにく 生姜 玉ねぎ ニラ 小松菜 人参 オレンジ
3日(水)	りんご	玄米ご飯 ひじき入り豆腐ハンバーグ 春雨の中華炒め じゃが芋のみそ汁 バナナ	魚の甘酢あんかけ	牛乳 大学芋	豆乳	豆腐 合挽きミンチ 卵 春雨 ひじき みそ 牛乳	米 玄米 小麦粉 パン粉 油 春雨 砂糖 じゃが芋 さつま芋	玉ねぎ パプリカ ちんげん菜 人参 たけのこ 椎茸 生姜 しめじ 長ネギ バナナ
4日(木)	オレンジ	あわご飯 魚のパン粉焼き ブロッコリーサラダ 白菜のクリームスープ りんご	豆腐ハンバーグ 白菜のみそ汁	牛乳 どらやき	豆乳 今川焼き	銀だら 粉チーズ ちくわ ウインナー 牛乳	米 もちきび パン粉 油 マヨレ たらやき	きゅうり パセリ にんにく ブロッコリー 人参 白菜 コーン パセリ りんご
5日(金)	りんご	野菜そば 青菜の白和え 焼き芋 バナナ		牛乳 いなりずし	豆乳	豚肉 豆腐 ツナ 油揚げ 牛乳	沖縄そば 砂糖 さつま芋 油 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 からし菜 ねぎ ほうれん草 もやし バナナ
6日(土)	ハイハイ	お弁当の日		牛乳 くずもち	豆乳	きなこ 牛乳	黒糖 芋くず	
8日(月)	りんご	あわご飯 魚のマヨネーズ焼き 鮭チャンプルー 青菜のみそ汁 黄桃	青菜ソテー	牛乳 カステラ	豆乳 たい焼き	白身魚 卵 豚肉 みそ 牛乳	米 もちきび マヨレ 車麴 油 砂糖 カステラ	玉ねぎ パプリカ パセリ ニラ ピーマン キャベツ 人参 えのき チンゲン菜 コーン 黄桃
9日(火)	バナナ	タコライス フライドポテト ビーフンスープ オレンジ	カレーチャーハン 具だくさんみそ汁	牛乳 フルーツヨーグルト 星たべよう	ゼリー	合挽きミンチ チーズ 豚肉 ヨーグルト	米 押麦 砂糖 カレー粉 油 じゃがいも ビーフン ごま ごま油 星たべよう	玉ねぎ 人参 にんにく レタス トマト 椎茸 白ネギ 果物 オレンジ
10日(水)	オレンジ	菜めしご飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ なすのみそ汁 バイン	ポテトサラダ	牛乳 フレンチトースト	豆乳 今川焼き ジャムサンド	豚肉 チーズ 油揚げ みそ 牛乳 卵 豆乳	米 油 片栗粉 マヨレ パン 砂糖 パター	玉ねぎ 南瓜 きゅうり なす 人参 ねぎ 生姜 バイン
11日(木)	りんご	お弁当の日		牛乳 誕生日ケーキ	豆乳 フルーツのせタルト	牛乳	誕生日ケーキ	
12日(金)	バナナ	ハヤシライス スパゲティーサラダ キャベツのスープ オレンジ	パンブキンサラダ	牛乳 チーズいももち	豆乳 ヨーグルト風クレープ	牛肉 卵 ツナ 豚肉 牛乳 チーズ	米 押麦 小麦粉 サラスパ 砂糖 マヨレ じゃがいも 片栗粉 油	人参 玉ねぎ マッシュルーム セロリ グリーンピース きゅうり パプリカ えのき キャベツ にんにく オレンジ
13日(土)	ハイハイ	野菜そぼろ丼 ブロッコリーのしらす和え 冬瓜のみそ汁 杏仁フルーツ		牛乳 たいやき	豆乳	豚ミンチ しらす 厚揚げ みそ 牛乳	米 油 砂糖 杏仁豆腐 たいやき	キャベツ 小松菜 玉ねぎ 人参 コーン ブロッコリー パプリカ 冬瓜 大根の葉 みかん缶
15日(月)	りんご	麦ご飯 魚のごまみそ漬焼き 甘酢和え ポテトのそぼろ煮 アーサ汁 オレンジ	豆腐ハンバーグ 白菜のみそ汁	牛乳 チーズサブレ	豆乳 フライドポテト	白身魚 みそ 鶏ミンチ 豆腐 あおさ チーズ 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま じゃが芋 小麦粉 パター 油	大根 きゅうり パプリカ 生姜 人参 いんげん オレンジ
16日(火)	オレンジ	三色丼 ひじきサラダ イナムル汁 バナナ	コーン入り三色丼 具だくさんみそ汁	牛乳 フルーツゼリー 豆乳ウエハース	星たべよう	鶏ミンチ 卵 ひじき ツナ 豚肉 みそ カステラかまぼこ 枝豆 牛乳	米 砂糖 油 マヨレ こんにやく ゼリー ウエハース	玉ねぎ ほうれん草 生姜 パプリカ ごぼう 椎茸 大根 ねぎ バナナ バイン缶 みかん缶
17日(水)	バナナ	しそご飯 ささみのピカタ 青菜のおかか和え かみかみごぼう 里芋のみそ汁 黄桃	魚のムニエル 南瓜の煮物	牛乳 オニオンブレッド	豆乳 りんごのタルト	ささみ 卵 糸かつお わかめ みそ 豆乳 ハム チーズ 牛乳	米 押麦 小麦粉 油 片栗粉 砂糖 ごま 里芋 ケーキミックス マヨレ	にんにく 小松菜 人参 ごぼう しめじ 玉ねぎ 黄桃
18日(木)	りんご	あわご飯 さばのラビョットソースかけ パパイアイリチー かぶのみそ汁 オレンジ		牛乳 ジャムサンド	豆乳 たいやき	さば ツナ 油揚げ みそ 牛乳	米 もちきび 小麦粉 油 砂糖 食パン ジャム	トマト きゅうり 玉ねぎ パパイア 人参 ニラ かぶ 大根の葉 オレンジ
19日(金)	オレンジ	麦ご飯 鶏肉の梅マヨ焼き ポテトのカレー炒め もずくのスープ りんご		牛乳 さつまいもの塩バター焼き	豆乳 大学芋	鶏肉 ツナ もずく 牛乳	米 押麦 砂糖 油 マヨレ じゃが芋 カレー粉 さつま芋 パター	キャベツ 人参 ねぎ 大葉 パセリ えのき りんご
20日(土)	ハイハイ	焼肉チャーハン 青菜の和え物 和風春雨スープ バイン		牛乳 ゼリー	豆乳	牛肉 豆腐 牛乳	米 油 砂糖 春雨 ゼリー	玉ねぎ 人参 ビーマン コーン 生姜 ほうれん草 えのき オクラ バイン
22日(月)	りんご	あわご飯 納豆みそ 肉じゃが かきたま汁 オレンジ	豆腐のみそ汁	牛乳 ごま入りもちもちドーナツ	豆乳 今川焼き	納豆 みそ ツナ 豚肉 卵 豆腐 きな粉 牛乳	米 もちきび 油 ごま 砂糖 こんにやく じゃが芋 片栗粉 ケーキミックス	ねぎ 玉ねぎ 人参 しめじ えのき グリーンピース ねぎ オレンジ
23日(火)	バナナ	ブルコギ丼 白菜のみそ汁 鶏肉ときゅうりのごま和え フルーツヨーグルト	牛丼 ブロッコリーサラダ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ちんびん	豆乳	牛肉 ささみ 油揚げ みそ ヨーグルト 牛乳	米 小麦粉 春雨 ごま油 砂糖 ごま ちんびんミックス	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 にんにく きゅうり トマト レタス 生姜 白菜 大根の葉 みかん缶 白桃缶
24日(水)	オレンジ	玄米ご飯 魚の煮つけ ひじきの白和え さつま汁 りんご		牛乳 セサミクッキー	豆乳 もものタルト	金目ダイ ひじき 豆腐 豚肉 みそ 牛乳 卵	米 玄米 油 砂糖 さつま芋 小麦粉 パター	パプリカ からし菜 大根 ごぼう ねぎ 生姜 バイン
25日(木)	りんご	あわご飯 チンジャオロース オムレツ ゆし豆腐のスープ バナナ	豆腐シューマイ	牛乳 おからマドレーヌ	豆乳 たいやき	豚肉 オムレツ ゆし豆腐 卵 おから 牛乳	米 もちきび 片栗粉 じゃがいも 砂糖 油 小麦粉 パター	人参 ビーマン 大根の葉 コーン バナナ レーズン
26日(金)	バナナ	黒米ご飯 さばのみそ煮 おかか和え 大根の煮物 そうめん汁 バイン		牛乳 スイートポテト	豆乳 ふかし芋	さば みそ かつお削り 鶏肉 大豆 生クリーム 牛乳	米 黒米 砂糖 油 そうめん さつま芋 パター	オクラ 生姜 大根 人参 椎茸 ねぎ いんげん バイン
27日(土)	ハイハイ	麻婆丼 もやしの和え物 コーンスープ 黄桃		牛乳 お麩ラスク	豆乳	豆腐 豚ミンチ みそ ちくわ きなこ 牛乳	米 砂糖 片栗粉 おつゆ麴 油	椎茸 人参 玉ねぎ たけのこ なら にんにく 生姜 もやし きゅうり コーン パプリカ ほうれん草 黄桃
29日(月)	昭和の日(公休日)							
30日(火)	オレンジ	牛丼 コロッケ 冬瓜のみそ汁 りんご	フライドポテト	牛乳 紅芋ちんすこう	豆乳	牛肉 豆腐 みそ 牛乳	米 系こんにやく 砂糖 油 コロッケ 小麦粉 ラード	玉ねぎ 人参 椎茸 グリーンピース 冬瓜 ほうれん草 りんご

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
 ※アレルギー対応は医師の診断書に基づき実施しております。

