



# 7月アレルギー献立表



令和6年

なかよし保育園

| 日曜日<br>曜日 | 昼食                                     | 午前おやつ   | 午後おやつ  |
|-----------|--|---|--|
| 1月        | ごはん みそ汁<br>豆腐のそぼろ煮<br>ワカメと胡瓜の酢の物 オレンジ  | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>人参ケーキ  |
| 2火        | ごはん けんちん汁<br>鯖の西京焼き<br>ひじき煮 オレンジ       | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>ジャムサンド (ホットケーキ)  |
| 3水        | ごはん みそ汁<br>鶏肉の野菜おろし焼き<br>ピーマンソテー オレンジ  | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>フライドポテト  |
| 4木        | 茄子のミートソーススパゲティ<br>すまし汁 ツナサラダ<br>ゼリー    | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>ひじきおにぎり  |
| 5金        | 鮭ごはん 天の川スープ<br>お星様のハンバーグ<br>短冊サラダ オレンジ | <br>麦茶<br>せんべい | 麦茶<br>流れ星せんべい<br>七夕ゼリー  |
| 6土        | そうめん<br>南瓜の煮物<br>オレンジ                  | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>せんべい   |
| 8月        | ごはん 中華スープ<br>肉じゃが<br>キャベツのナムル オレンジ     | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>お麩のラスク   |
| 9火        | ごはん みそ汁<br>鯖の唐揚げ<br>春雨サラダ オレンジ         | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>ピザ風ポテトもち   |
| 10水       | ごはん みそ汁<br>赤魚の照り焼き<br>豚肉と茄子の味噌炒め オレンジ  | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>豆乳ケーキ  |
| 11木       | 醤油うどん<br>鶏肉のさっぱり煮<br>もやし中華和え オレンジ      | 麦茶<br>ゼリー   | 豆乳<br>きな粉蒸しパン  |
| 12金       | ごはん みそ汁<br>コーンつくね<br>トマトサラダ ゼリー        | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>せんべい   |
| 13土       | ナポリタン<br>オニオン中華スープ<br>オレンジ             | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>せんべい   |
| 16火       | ごはん けんちん汁<br>鯖のカレー照り焼き<br>酢の物 オレンジ     | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>黒糖蒸しパン   |
| 17水       | 冷やし担々うどん<br>手作りつくね<br>にんじんしりしり オレンジ    | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>ハッシュドコーン   |
| 18木       | ごはん 中華スープ<br>鶏肉の照り焼き<br>マカロニサラダ スイカ    | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>おかかおにぎり  |
| 19金       | ごはん ワカメスープ<br>ハンバーグ<br>コロコロサラダ ゼリー     | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>お米DEタルト  |
| 20土       | 冷やし担々うどん<br>さつま芋の煮物<br>オレンジ            | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>せんべい   |
| 22月       | ごはん すまし汁<br>鶏肉のトマト煮<br>ブロッコリーサラダ オレンジ  | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>きつねおにぎり  |
| 23火       | ごはん みそ汁<br>スタミナ焼肉<br>ナムル スイカ           | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>パインマフィン  |
| 24水       | そうめん<br>ウィンナー<br>納豆和え オレンジ             | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>青のりポテト   |
| 25木       | ごはん みそ汁<br>鶏肉入り切干大根煮<br>ポテトサラダ ゼリー     | 麦茶<br>ゼリー   | 麦茶<br>ジャムサンド (ホットケーキ)  |
| 26金       | ごはん すまし汁<br>鰯の味噌焼き<br>肉じゃが オレンジ        | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>アイス  |
| 27土       | 冷やしきつねうどん<br>みそじゃが<br>オレンジ             | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>せんべい   |
| 29月       | ハヤシライス 中華スープ<br>コーンサラダ<br>オレンジ         | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>フルーツポンチ  |
| 30火       | ワカメごはん すまし汁<br>鶏肉の唐揚げ<br>スパサラ スイカ      | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>オレンジケーキ  |
| 31水       | ごはん みそ汁<br>鮭の洋風焼き<br>ほうれん草の胡麻和え ゼリー    | 麦茶<br>せんべい  | 麦茶<br>肉味噌スパゲッティ  |

※食材の都合により献立が変更になる場合があります。