



# 3月アレルギー児用献立表



令和7年

なかよし保育園

日曜日	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1 土	五目うどん ブロッコリーサラダ オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
3 月	ちらし寿司 まり麩のすまし汁 鶏肉の塩麹焼き 菜の花のお浸し ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 お雛様パンケーキ
4 火	カレーうどん メンチカツ 小松菜の胡麻和え みかん	麦茶 せんべい	麦茶 ワカメおにぎり
5 水	ごはん 豚汁 鮭の塩焼き ひじきのサラダ オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ジャムパン
6 木	ごはん みそ汁 ヤンニョムチキン スパサラ いちご	麦茶 せんべい	麦茶 りんごゼリー
7 金	ごはん みそ汁 スタミナ焼肉 ポテトサラダ オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ベジタベる
8 土	二色丼 みそ汁 もやし和え物 バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
10 月	中華丼 ワカメスープ 春雨サラダ バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 野菜蒸しパン
11 火	ごはん 中華スープ シーフードカレー グリーンサラダ オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 お麩のラスク
12 水	スパゲティナポリタン 野菜スープ ツナサラダ いよかん	麦茶 せんべい	麦茶 野菜パンケーキ
13 木	ごはん みそ汁 チキンチャップ コールスローサラダ バナナ	麦茶 ゼリー	麦茶 きな粉おにぎり
14 金	ごはん みそ汁 鰹のカレー照り焼き 納豆和え ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 米deプリンタルト
15 土	スタミナ納豆丼 みそ汁 胡麻和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
17 月	ハヤシライス 野菜スープ ブロッコリーサラダ ポンカン	麦茶 せんべい	麦茶 きなこマカロニ
18 火	醤油うどん 鶏肉の照り焼き パンパンジー風サラダ ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 青菜おにぎり
19 水	ごはん けんちん汁 鯖の味噌煮 オクラと胡瓜の和え物 オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 りんごのマフィン
21 金	ごはん みそ汁 鶏肉の唐揚げ ひじきのサラダ いよかん	麦茶 せんべい	麦茶 ポテコ
22 土	焼肉丼 みそ汁 小松菜のナムル バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
24 月	焼きうどん 中華スープ ほうれん草の胡麻和え バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 黒糖蒸しパン
25 火	アレルギー用パン コーンスープ メンチカツ キャベツとブロッコリーのサラダ ポンカン	麦茶 せんべい	麦茶 たぬきおにぎり
26 水	ごはん みそ汁 鮭のホイル焼き にんじんしりしり オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 スイートポテト
27 木	ごはん みそ汁 ハンバーグ ごぼうサラダ ゼリー	麦茶 ゼリー	麦茶 きな粉わらび餅
28 金	ごはん 中華スープ おわカレー 南瓜サラダ バナナ	麦茶 せんべい	麦茶 純米せんべい
31 月	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 中華和え オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ジャムサンド

※食材の都合により献立が変更になる場合があります。