



7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 火	ごはん すまし汁 厚揚げの味噌炒め 納豆とほうれん草の和え物 オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 豆乳ケーキ
2 水	ごはん けんちん汁 鯖の西京焼き 切干大根の和え物 パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 豆乳クッキー
3 木	ごはん 中華スープ 鶏肉の唐揚げ ほうれん草の胡麻和え オレンジ	麦茶 ゼリー	麦茶 しらすスティック
4 金	ごはん 天の川スープ アレルギー対応ハンバーグ 短冊サラダ セタゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 お星さまサンドイッチ
5 土	そうめん コールスローサラダ パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
7 月	ごはん 野菜スープ 鶏肉の味噌マヨ焼き ひじき煮 オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ココア蒸しパン
8 火	ごはん みそ汁 コーンつくね マカロニサラダ パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 チヂミ
9 水	ごはん みそ汁 アレルギー対応メンチカツ 大根の和え物 オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 レモンケーキ
10 木	アレルギー対応パン 野菜スープ 鶏肉のトマト煮 にんじんしりしり パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 焼きおにぎり
11 金	ごはん みそ汁 豆腐のそぼろ煮 ワカメと胡瓜の酢の物 オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ソフトサラダせんべい
12 土	ナポリタン オニオンスープ オクラのおかか和え パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
14 月	シャムパン スープ 夏野菜のソテー ナムル すいか	麦茶 せんべい	麦茶 きな粉蒸しパン
15 火	ごはん みそ汁 スタミナ焼肉 サラダ オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ワカメおにぎり
16 水	ごはん すまし汁 鯖の西京焼き まぜまぜお浸し パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 フライドポテト
17 木	冷やしうどん アレルギー対応ウィンナー フロッコリーサラダ パナナ	麦茶 ゼリー	麦茶 ポパイケーキ
18 金	ごはん ワカメのみそ汁 タンドリーチキン コーンサラダ すいか	麦茶 せんべい	麦茶 純米せんべい
19 土	冷やしワカメうどん さつま芋の煮物 パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
22 火	ごはん 野菜スープ ポークカレー サラダ パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 パインマフィン
23 水	ごはん みそ汁 赤魚の照り焼き キャベツの胡麻和え オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 きな粉ドーナツ
24 木	そうめん 豚肉の竜田揚げ 納豆和え パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 鯖ワカメおにぎり
25 金	ごはん みそ汁 鶏肉入り切干大根煮 ポテトサラダ ゼリー	麦茶 せんべい	麦茶 ベジたべる
26 土	冷やしきつねうどん みそじゃが パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい
28 月	ごはん みそ汁 鯖のカレー照り焼き スパサラ すいか	麦茶 せんべい	麦茶 オレンジケーキ
29 火	ハヤシライス 野菜スープ コーンサラダ オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 かぼちゃパウンドケーキ
30 水	ワカメごはん すまし汁 鶏肉の野菜おろし焼き ビーフンソテー パナナ	麦茶 せんべい	麦茶 ジャムサンド
31 木	夏野菜たっぷりのミートソースパグティ レタススープ ツナサラダ パナナ	麦茶 ゼリー	麦茶 黒ゴマスティック

※食材の都合により献立が変更になる場合があります。