



# 2022年4月 どんぐりこども園保育園 乳アレルギー完全除去食予定献立表



日	曜日	昼食	材料名			午前おやつ 午後おやつ	除去・代替	
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		昼食	おやつ
23	土	きんぴらチャーハン キャベツとにらのスープ りんご	米 ごま油 砂糖	豚肉 海苔	玉ねぎ・人参・ごぼう 小ねぎ・生姜・りんご もやし・キャベツ・にら	麦茶 お菓子 麦茶 マフィン		
25	月	ご飯 味しみ肉豆腐 ゆかり和え 里芋と長ネギの味噌汁	米・ごま 白滝・片栗粉 里芋 ぶどうゼリーの素・ウエハース	豚肉・豆腐 味噌 牛乳	人参・玉ねぎ きゅうり キャベツ・長ねぎ	麦茶 パイ 牛乳 ぶどうゼリー・ウエハース		牛乳→豆乳 ウエハース→せんべい
26	火	ご飯 鶏のから揚げ 海藻サラダ 高野豆腐と小松菜の味噌汁	米 片栗粉・油 砂糖 パイシート・グラニュー糖	鶏肉 わかめ 高野豆腐・味噌 牛乳	生姜 白菜・人参 小松菜	麦茶 アスバラガスビスケット 牛乳 ミニクロワッサン		牛乳→豆乳 クッキーに代替え
27	水	ご飯 厚揚げと大根のそぼろ煮 カミカミサラダ きのこの中華スープ	米 油・砂糖 片栗粉・ノンマヨネーズ じゃが芋・片栗粉・砂糖・油	豚肉 厚揚げ 鶏肉 牛乳・チーズ・スキムミルク	大根・にら ごぼう・きゅうり・人参 えのき・しめじ	麦茶 Caせんべい 牛乳 チーズおやき		牛乳→豆乳 蒸かし芋に代替え
28	木	麦ご飯 鯖の味噌煮 ひじきの含め煮 具沢山汁	米・押麦 小麦粉・油・砂糖 里芋 食パン・いちごジャム	鯖 ひじき・高野豆腐 豚肉・味噌 牛乳	人参・絹さや 白菜・蓮根 長ねぎ	麦茶 星たべよ 牛乳 ジャムサンド		牛乳→豆乳 ジャムマフィンに代替え
30	土	豚丼 油揚げと長ねぎの味噌汁 ゼリー	米 砂糖 ゼリー 小麦粉・BP・砂糖・油	豚肉 油揚げ 味噌 豆腐	玉ねぎ 人参 長ねぎ	麦茶 お菓子 麦茶 クッキー		