

2025/乳製品アレルギー食



キッズルームこっこ保育園

日	曜	AM乳児のみ	給食	3時おやつ
01	木	豆乳	ご飯,豆腐と青菜のチャンプルー,おくらとちくわの海苔あえ,はるさめスープ,夏みかん	マカロニきな粉,豆乳
02	金	豆乳	行事食・子供の日/ちまき風おにぎり,かじきの竜田揚げ,兜のポテトサラダ,若竹汁,フルーツポンチ	鯉のぼりパン,人参ジュース
			祝・憲法記念日	
			祝・みどりの日	
			祝・こどもの日	
			祝・振替休日	
07	水	豆乳	カレーライス(乳不使用ルウ),ブロッコリーとおからのサラダ,フルーツ豆乳グルト	きつねうどん
08	木	豆乳	ご飯,鮭の西京焼き,キャベツと油揚げの炒め煮,けんちん汁,バナナ	大学芋,豆乳
09	金	豆乳	たけのご飯,さばの塩こうじ焼き,きんぴらごぼう,麩のすまし汁,オレンジ	フレンチトースト,豆乳
10	土	豆乳	ご飯,ひき肉となすのみそ炒め,はるさめサラダ,コーンスープ,キウイフルーツ	ラスク
12	月	豆乳	チャーシューうどん,手作りがんもどき,なすのじゃこおろし,メロン	おにぎり(昆布)
13	火	豆乳	ご飯,さわらのごま照り焼き,キャベツとちくわの和え物,豚汁,バナナ	五平餅
14	水	豆乳	ピラフ,タンドリーチキン(乳不使用ルウ),スナッペンどうの卵サラダ,みそ汁,夏みかん	ベークル(ブルーベリージャム),豆乳
15	木	豆乳	ご飯,鶏の唐揚げ,キャベツサラダ,五目みそ汁,グレープフルーツ	サモサ風(乳不使用ルウ),豆乳
16	金	豆乳	ご飯,かじきの梅みそ焼き,きゅうりの昆布あえ,すまし汁,甘夏	ジャムサンド,豆乳
17	土	豆乳	麦入りご飯,春巻き,きゅうりとささみの中華サラダ,わかめスープ,メロン	ホットドッグ,人参ジュース
19	月	豆乳	ご飯,いわしのかば焼き,和風ポテトサラダ,豆腐すまし汁,オレンジ	バナナ黒糖ケーキ,豆乳
20	火	豆乳	バインミー風サンド,かぼちゃのサラダ,野菜スープ,みかん豆乳グルト	ソースライス
21	水	豆乳	しそふりかけご飯,照り焼き鶏つくね,ほうれん草のナムル,みそ汁,グレープフルーツ	お好み焼き風ポテト
22	木	豆乳	ご飯,白身魚のフライ,キャベツのおかか和え,豆乳みそ汁,オレンジ	納豆パスタ
23	金	豆乳	とうもろこしご飯,鶏肉のトマトソース煮こみ,ボイル野菜,ABCスープ,夏みかん	カレーパン(乳不使用ルウ),豆乳
24	土	豆乳	ご飯,さばのなめこおろし,いんげんと鶏ささ身のごまあえ,みそ汁,バナナ	大学芋きな粉かけ
26	月	豆乳	わかめご飯,鮭の塩こうじ焼き,小松菜の納豆あえ,みそ汁,パイナップル	芋もち,豆乳
27	火	豆乳	バーグサンド,かぼちゃサラダ,ミネストローネスープ,んご豆乳グルト	おにぎり(鮭わかめ)
28	水	豆乳	ご飯,あじフライ,キャベツとじゃこの酢あえ,豚汁,グレープフルーツ	フルーツサンド,豆乳
29	木	豆乳	ご飯,チンジャオロースー,なすの中華サラダ,中華スープ,メロン	マカロニきな粉,豆乳
30	金	豆乳	トマトハヤシライス(乳不使用ルウ),マカロニサラダ,フルーツポンチ	ねばねばそうめん
31	土	豆乳	焼きうどん,小松菜のおかかあえ,豆腐スープ,バナナ	ラスク・きな粉

エネルギー 約 492kcal

たんぱく質 約 18g

脂質 約 14g



「このメニューに注目!/ちまき」

端午の節句にちまきを食べるのは、子供たちの健康と成長を願うためです。もち米は古くから縁起がよいともいわれており、これを食べることで家族の健康と幸せを願っています。また、笹の葉には殺菌効果もあり、邪気を払う意味もあります。

※食材の都合により献立を変更する場合がございます。