

2025/乳製品アレルギー



キッズルームっこ保育園

日	曜	10時おやつ（乳児）	給食	3時おやつ
01	月	豆乳	丸パン、鶏肉のトマトソース煮こみ、マカロニサラダ、フルーツポンチ	防災の日/備蓄食べてみよう・わかめご飯
02	火	豆乳	ご飯、鮭の西京焼き、きゅうりと人参の昆布あえ、豆乳みそ汁、オレンジ	りんごトースト、豆乳
03	水	豆乳	わかめご飯、さばの塩こうじ焼き、小松菜の納豆あえ、麴のすまし汁、バナナ	マカロニきな粉、豆乳
04	木	豆乳	しそふりかけご飯、かじきの竜田揚げ、なすのじゃこおろし、豚汁、バナナ	ラスク、豆乳
05	金	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、グレープフルーツ	ビーフン
06	土	豆乳	ナポリタン、コーンサラダ、秋野菜の豆乳スープ、オレンジ	大学芋きな粉かけ
08	月	豆乳	トマトハヤシライス（乳不使用ルウ）、ブロッコリーとおからのサラダ、りんご豆乳グルト	おにぎり（鮭わかめ）
09	火	豆乳	麦入りご飯、鶏肉の塩こうじ焼き、さつまいもサラダ、豆腐スープ、パイナップル	ジャムサンド、オレンジ豆乳
10	水	豆乳	ハムサンド、マカロニサラダ、豆乳カレースープ、バナナ	納豆炒飯
11	木	豆乳	ご飯、あじフライ、キャベツの磯あえ、納豆と野菜のみそ汁、オレンジ	トマト味噌おにぎり
12	金	豆乳	ふりかけご飯、さばの焼きおろし、炒り豆腐、豚汁、りんご	秋の蒸ケーキ、豆乳
13	土	豆乳	カレー炒飯（乳不使用ルウ）、鶏肉と野菜のグリル、野菜スープ、フルーツポンチ	ハッシュドポテト
			祝・敬老の日	
16	火	豆乳	麦入りご飯、かじきの味噌マヨ焼き、きゅうりの黒ごまサラダ、きのこスープ、パイナップル	バナナケーキ、豆乳
17	水	豆乳	きのこご飯、鮭の塩こうじ焼き、凍り豆腐の卵とじ、みそ汁、バナナ	サモサ風、豆乳
18	木	豆乳	ジャージャーうどん、ちくわのカレー揚げ（乳不使用ルウ）、大根とツナのあえ物、フルーツポンチ	ソースライス
19	金	豆乳	ご飯、ハンバーグ、キャベツサラダ、豆腐みそ汁、オレンジ	フレンチトースト、オレンジ豆乳
20	土	豆乳	しそふりかけご飯、照り焼き鶏つくね、きゅうりと人参の昆布あえ、みそ汁、バナナ	アメリカンドッグ
22	月	豆乳	根野菜のカレーライス（乳不使用ルウ）、マカロニサラダ、フルーツ豆乳グルト	ねばねばトースト（豆乳チーズ）、豆乳
			祝・秋分の日	
24	水	豆乳	バインミー風サンド、さつま芋のサラダ、トマトスープ、オレンジ	チュモッパ
25	木	豆乳	お彼岸メニュー/けんちんうどん、手作りがんもどき、なすのじゃこおろし、梨	二色おはぎ
26	金	豆乳	ご飯、鶏肉のごまみそ焼、ほうれん草のナムル、ワタンスープ、夏みかん缶	大学芋、豆乳
27	土	豆乳	焼きそば、なすの酢油和え、コーンスープ、バナナ	フライドポテト
29	月	豆乳	刻みさんまの蒲焼丼、ねばねば野菜のごま和え、そうめん汁、フルーツポンチ	ピザトースト（豆乳チーズ）、豆乳
30	火	豆乳	わかめご飯、鶏肉の磯みそ焼、小松菜の卵とじ、とうがん汁、梨	お好みマカロニ

エネルギー 約 522kcal
たんぱく質 約 21g
脂質 約16g



このメニューに注目！/お彼岸メニュー

お彼岸は、春と秋の2回、それぞれ春分の日と秋分の日を中日として前後3日間、計7日間続く仏教行事です。お彼岸に食べるものとして特に定番なのは「おはぎ」と「ぼたもち」です。さらに季節の変わり目に胃腸に優しいうどんやそばを食べることも。地域によってはお赤飯を食べる習慣もあるそうです。ご先祖様をしのび、感謝の気持ちを伝えるいい機会の日です。

※食材の都合により献立を変更する場合がございます。