



2025年2月 どんぐりこども園 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
1	土	チキンライス じゃが芋のすまし汁 オレンジ	米 ケチャップ・ソース 油・じゃが芋 お菓子	鶏肉 油揚げ	玉ねぎ オレンジ	麦茶 お菓子 麦茶 お菓子		
3	月	キーマカレー 納豆和え けんちん汁	米・押麦 油・カレールウ 砂糖・ケチャップ 米・ごま油・砂糖・ごま	豚肉・大豆ミート 豆乳 納豆 豚肉・海苔	生姜・にんにく・玉ねぎ・ごぼう 人参・コーン・キャベツ もやし・小ねぎ・大根 ほうれん草・もやし・人参・たくあん	麦茶 お菓子 麦茶 お菓子 麦茶 風万巻き		
4	火	ねぎ塩ラーメン 切干大根の煮物 ゼリー	中華麺 ごま油・砂糖 ゼリー コーンフレーク・砂糖	豚肉 なると 油揚げ ヨーグルト	もやし・長ねぎ 人参・いんげん 切干大根・キャベツ りんご	麦茶 お菓子 麦茶 りんごヨーグルト		煮りんご添え ゼリーに代替え
5	水	ご飯 鯨のかば焼き 鶏肉入りきんぴら 里芋と玉ねぎの味噌汁	米 片栗粉・油・砂糖 白滝・ごま油・里芋 餃子の皮・ケチャップ・ソース・砂糖	鶏肉・竹輪 味噌 牛乳・鶏肉	生姜・ごぼう 人参 玉ねぎ 玉ねぎ・人参	麦茶 お菓子 牛乳 ひとつくちピザ		牛乳→豆乳
6	木	肉団子のハヤシライス おかか和え チーズ	米・押麦 油・ハヤシルウ・砂糖 片栗粉・小麦粉 砂糖・油・粉糖	肉団子 牛乳・チーズ かつお節・さつま揚げ 牛乳・きな粉	マッシュルーム・もやし 玉ねぎ・人参 キャベツ	麦茶 お菓子 牛乳 きな粉のスノーボール	乳除去ハヤシライスに代替え チーズ→ゼリー	牛乳→豆乳
7	金	ご飯 厚揚げと鶏肉の中華炒め スパゲティサラダ 長ねぎと小松菜のすまし汁	米・スパゲティ・ノンマヨネーズ 砂糖・ごま油・ごま 鶏肉・小麦粉・イースト・いちごジャム 砂糖・豆乳・マーガリン・食塩・粉糖	鶏肉 厚揚げ 牛乳・豆乳	玉ねぎ・キャベツ・生姜 人参・きゅうり 小松菜・長ねぎ	麦茶 お菓子 牛乳 手作りパン		牛乳→豆乳
8	土	焼肉丼 高野豆腐のスープ りんご	米 ごま油・片栗粉 砂糖 お菓子	豚肉 油揚げ 高野豆腐	キャベツ 玉ねぎ りんご	麦茶 お菓子 麦茶 お菓子		
10	月	ご飯 おろしハンバーグ ひじき煮 麩となるとのすまし汁	米 パン粉・砂糖・片栗粉・麩 ホットケーキミックス 砂糖・油	豚肉・大豆ミート 油揚げ・ひじき なると 牛乳・カルピス	玉ねぎ 人参 大根	麦茶 お菓子 牛乳 カルピス蒸しパン		牛乳→豆乳 乳除去蒸しパンに代替え
12	水	麦ご飯 豚肉の塩こうじ炒め かぼちゃの甘煮 なめこ豆腐の味噌汁	米・押麦 油・塩こうじ 砂糖 アガー・砂糖・お菓子	豚肉 豆腐 味噌 牛乳	玉ねぎ・キャベツ・にんにく 生姜・人参・かぼちゃ なめこ・しめじ ぶどうジュース	麦茶 お菓子 牛乳 ぶどうゼリー・お菓子		牛乳→豆乳 乳除去お菓子を代替え
13	木	食パン 根菜のシチュー ナムル みかん	食パン・ブルーベリージャム 油・シチュールウ 砂糖・ごま油 じゃが芋・油・カレー粉	ウィンナー 牛乳 かまぼこ 牛乳	大根・人参・ごぼう 玉ねぎ・キャベツ もやし・みかん	麦茶 お菓子 牛乳 カレー風フライドポテト	食パン→米粉パン シチュー→豆乳シチュー	牛乳→豆乳
14	金	ご飯 ★から揚げのトマトソースがけ マカロニサラダ ポトフ風スープ	米・じゃが芋・★酒米の米粉・小麦粉 砂糖・ケチャップ・マカロニ・ノンマヨネーズ ホットケーキミックス・油・ココア トッピングシュガー・いちごジャム	鶏肉 牛乳・ホイップ	玉ねぎ・トマト缶 人参・にんにく 生姜・コーン いちご	麦茶 お菓子 牛乳 いちごのショコラケーキ		牛乳→豆乳 乳除去いちごケーキに代替え
15	土	チャーハン キャベツのすまし汁 ゼリー	米 ごま油・ゼリー 砂糖 お菓子	豚肉 高野豆腐	玉ねぎ キャベツ しめじ	麦茶 お菓子 麦茶 お菓子		
17	月	スタミナ納豆丼 ひじきサラダ もずくのスープ	米・ノンマヨネーズ 砂糖・ごま油 メーブルシロップ 小麦粉・砂糖・油・BP	鶏肉・大豆ミート 納豆・ひじき もずく 牛乳・豆乳	人参・にら・玉ねぎ もやし・生姜・にんにく キャベツ・きゅうり・小ねぎ	麦茶 お菓子 牛乳 メーブルスコーン		牛乳→豆乳
18	火	れんこんのカレー 磯香和え チーズ	米・押麦 カレールウ 砂糖・油 食パン・あんこ・マーガリン	鶏肉・豆乳 竹輪・海苔 かつお節・チーズ 牛乳	れんこん・玉ねぎ 人参・マッシュルーム キャベツ・もやし	麦茶 お菓子 牛乳 あんぱたートースト	チーズ→ゼリー	牛乳→豆乳 米粉あんこトーストに代替え
19	水	ほうとう風うどん チンゲン菜の煮びたし りんご	うどん 砂糖 春巻きの皮・じゃが芋 ポテトフレーク・油	豚肉 味噌 油揚げ 牛乳・ウィンナー	長ねぎ・しめじ・白菜 かぼちゃ・もやし・チンゲン菜 人参・りんご 玉ねぎ	麦茶 お菓子 牛乳 ポテト春巻き		牛乳→豆乳
20	木	麻婆豆腐丼 切干大根のサラダ 麩と油揚げのすまし汁	米・押麦 片栗粉・ごま油 砂糖・麩 米・わかめおにぎりの素・ごま	豚肉・大豆ミート 豆腐・油揚げ 味噌・さつま揚げ 牛乳	長ねぎ・にら・生姜 にんにく・切干大根 キャベツ・コーン	麦茶 お菓子 牛乳 わかめおにぎり		牛乳→豆乳
21	金	ご飯 チキンカツ 春雨サラダ ひらひらスープ・ゼリー	米・小麦粉・パン粉・油・ごま油 ソース・ごま・春巻きの皮・ゼリーの素 コーンフレーク・マッシュマロ チョコソース・トッピングシュガー	鶏肉 豚肉 なると 牛乳・アイスクリーム・ホイップ	もやし 人参 キャベツ	麦茶 お菓子 牛乳 ★おたのしみ★		牛乳→豆乳 乳除去ゼリーパフェに代替え
22	土	塩豚丼 わかめのすまし汁 オレンジ	米 ごま油 お菓子	豚肉 高野豆腐 わかめ	玉ねぎ・人参 にんにく オレンジ	麦茶 お菓子 麦茶 お菓子		
25	火	ミートスパゲティ さつま芋の甘煮 コーンスープ	スパゲティ・さつま芋 ケチャップ・砂糖 油・ソース 米・ごま	豚肉 大豆ミート 牛乳・ひじき	玉ねぎ・人参 にんにく・トマト缶 コーン・コーンクリーム缶 人参	麦茶 お菓子 牛乳 ひじきおにぎり		牛乳→豆乳
26	水	ご飯 タンドライー鯖 ビーフンサラダ かぶの味噌汁	米・ノンマヨネーズ ケチャップ・ソース・カレー粉 ビーフン・ごま油・砂糖 コーンフレーク・マッシュマロ・豆乳・マーガリン	鯖 かまぼこ 味噌 牛乳	人参 かぶ	麦茶 お菓子 牛乳 コーンフレークおこし		牛乳→豆乳
27	木	ご飯 鶏肉のねぎ味噌焼き すき昆布煮 えのきとわかめのすまし汁	米 砂糖 餃子の皮・砂糖 片栗粉・ごま油	鶏肉 味噌・刻み昆布・わかめ 高野豆腐・さつま揚げ 牛乳・豚肉	生姜・長ねぎ 人参 えのき 白菜・にら・生姜・にんにく	麦茶 お菓子 牛乳 餃子風		牛乳→豆乳
28	金	食パン 里芋のシチュー ささみのごま和え オレンジ	食パン・いちごジャム 里芋・油・シチュールウ 砂糖・ごま 麩・砂糖・豆乳・マーガリン	豚肉・ささみ 牛乳	玉ねぎ・人参 しめじ・キャベツ もやし・オレンジ	麦茶 お菓子 牛乳 シュガースナック麩	食パン→米粉パン シチュー→豆乳シチュー	牛乳→豆乳