

令和6年2月

# 食物アレルギー献立表

上井草保育園

日 曜	時間帯	献立	乳	卵	魚	大豆(調味料含まない)	そば・ピーナッツ ナッツ類・甲殻類 軟体・貝類・魚卵・キウイ
01 木	昼食	① あんかけ焼きそば ② 高野豆腐とわかめのスープ ③ ツナとかぼちゃのサラダ ④ バナナ			③ツナ缶→除去	②高野豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② リゾット	①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳、バター→除去				
02 金	昼食	① 鬼さんカレー ② 白菜スープ ③ ブロッコリーときのこのサラダ ④ ポンカン					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ポテトフライ	①牛乳→豆乳				
03 土	昼食	① ごはん ② 厚揚げとほうれん草の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ スティックきゅうり				②厚揚げ→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ココアトースト	①牛乳→豆乳				
05 月	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 豆腐とひじきのレンコンバーグ ④ 切干大根の煮物 ⑤ はっさく				③木綿豆腐→除去 ④油揚げ→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ツナの和風ペンネ	①牛乳→豆乳		②ツナ缶→ベーコン		
06 火	昼食	① 大豆とじゃこのごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 鶏肉と大根の五目煮 ④ 白菜と小松菜のおかか和え ⑤ りんご			①じゃこ→除去	①大豆水煮→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② もちもち芋まんじゅう	①牛乳→豆乳				
07 水	昼食	① ごはん ② 小松菜と豆腐のすまし汁 ③ かじきのみそ焼き ④ レンコンのきんぴら ⑤ いよかん			③かじき→鶏もも肉	②木綿豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② フルーツパンケーキ	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳				
08 木	昼食	① 麦入りごはん ② なすの味噌汁 ③ メンチカツ ④ キャベツのサラダ ⑤ ポンカン				③豆乳→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② いちごジャムサンド	①牛乳→豆乳				
09 金	昼食	① 麦入りごはん ② 水菜と麩の味噌汁 ③ ぶりの甘辛煮 ④ 白和え ⑤ バナナ			③ぶり→鶏もも肉	④木綿豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② かぼちゃもち	①牛乳→豆乳 ②バター→除去				
10 土	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 豚肉のブルコギ ④ ボイルブロッコリー				②油揚げ→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② さつま芋きんとん ③ クラッカー	①牛乳→豆乳				
13 火	昼食	① 麦入りごはん ② 切り干し大根の味噌汁 ③ さばのトマトソースかけ ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ グレープフルーツ			③さば→鶏もも肉	④大豆水煮→除去	
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② 肉うどん					
14 水	昼食	① ごはん ② のっぺい汁 ③ 豚肉の生姜焼き ④ 花野菜のごま和え ⑤ りんご					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② チーズコアントースト	①牛乳→豆乳 ②ピザ用チーズ→除去				

日 曜	時間帯	献立	乳	卵	魚	大豆(調味料含まない)	そば・ピーナッツ ナッツ類・甲殻類 軟体・貝類・魚卵・キウイ
15 木	昼食	① あんかけ焼きそば ② 高野豆腐とわかめのスープ ③ ツナとかぼちゃのサラダ ④ パナナ			③ ツナ缶→除去	② 高野豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② リゾット	① 牛乳→豆乳 ② 牛乳→豆乳、バター→除去				
16 金	昼食	① キーマカレー ② 白菜スープ ③ ブロッコリーときのこのサラダ ④ ポンカン					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ポテトフライ	① 牛乳→豆乳				
17 土	昼食	① ごはん ② 厚揚げとほうれん草の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ スティックきゅうり				② 厚揚げ→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ココアトースト	① 牛乳→豆乳				
19 月	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 豆腐とひじきのレンコンバーグ ④ 切干大根の煮物 ⑤ はっさく				③ 木綿豆腐→除去 ④ 油揚げ→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ツナの和風パンネ	① 牛乳→豆乳		② ツナ缶→ベーコン		
20 火	昼食	① 大豆とじゃこのごはん ② キャベツの味噌汁 ③ 鶏肉と大根の五目煮 ④ 白菜と小松菜のおかか和え ⑤ りんご			① じゃこ→除去	① 大豆水煮→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② もちもち芋まんじゅう	① 牛乳→豆乳				
21 水	昼食	① ごはん ② 小松菜と豆腐のすまし汁 ③ かじきのみそ焼き ④ レンコンのきんぴら ⑤ いよかん			③ かじき→鶏もも肉	② 木綿豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② フルーツパンケーキ	① 牛乳→豆乳 ① バター→油、牛乳→豆乳				
22 木	昼食	① 麦入りごはん ② なすの味噌汁 ③ メンチカツ ④ キャベツのサラダ ⑤ ポンカン				③ 豆乳→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② いちごジャムサンド	① 牛乳→豆乳				
24 土	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 豚肉のブルコギ ④ ボイルブロッコリー				② 油揚げ→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② さつま芋きんとん ③ クラッカー	① 牛乳→豆乳				
26 月	昼食	① 麦入りごはん ② 切り干し大根の味噌汁 ③ さばのトマトソースかけ ④ 大豆とさつま芋のサラダ ⑤ グレープフルーツ			③ さば→鶏もも肉	④ 大豆水煮→除去	
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② 肉うどん					
27 火	昼食	① ごはん ② かぼちゃの味噌汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ しらすと大根の酢の物 ⑤ オレンジ			④ しらす干し→除去		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② レーズンケーキ	① 牛乳→豆乳 ② バター→油、スキムミルク・牛乳→豆乳				
28 水	昼食	① ごはん ② のっぺい汁 ③ 豚肉の生姜焼き ④ 花野菜のごま和え ⑤ りんご					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② チーズコーントースト	① 牛乳→豆乳 ② ピザ用チーズ→除去				
29 木	昼食	① 麦入りごはん ② 水菜と麩の味噌汁 ③ ぶりの甘辛煮 ④ 白和え ⑤ パナナ			③ ぶり→鶏もも肉	④ 木綿豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② かぼちゃもち	① 牛乳→豆乳 ② バター→除去				