

令和6年5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 水	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりの煮魚 ④ さつま芋の白和え ⑤ ジューシーオレンジ			③ぶり→鶏もも肉	④豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ひじきのミルクブレッド	①牛乳→豆乳 ②バター→油、スキムミルク→豆乳				
02 木	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃのスープ ③ ポークビーンズ ④ ボイルブロッコリー ⑤ 甘夏				③大豆→除去	
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② 鶏塩うどん					
07 火	昼食	① カレーライス ② 切り干し大根としらすのサラダ ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ	③棒チーズ→ウインナー		②しらす→除去		
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② フルーツ牛乳かん ③ クラッカー	②牛乳→豆乳				
08 水	昼食	① 麦入りごはん ② かぶのすまし汁 ③ 松風焼き ④ キャベツとれんこんのサラダ ⑤ オレンジ				③豆乳→水	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② パンプキンサンド	①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳				
09 木	昼食	① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁 ③ カレイの野菜あんかけ ④ 梅肉和え ⑤ パナナ			③カレイ→鶏もも肉	②高野豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 米粉のほうれん草ケーキ	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳				
10 金	昼食	① タンメン ② じゃが芋と鶏肉のバター醤油煮 ③ ボイルえんどう ④ ジューシーオレンジ	②バター→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② じゃことチーズのおやき風	①牛乳→豆乳 ②チーズ→除去		②じゃこ→除去		
11 土	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 回鍋肉 ④ 中華風きゅうり				②豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② パナナスコーン	①牛乳→豆乳			②豆乳→牛乳	
13 月	昼食	① 麦入りごはん ② チンゲン菜の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ さつま芋のココロサラダ ⑤ 甘夏				②油揚げ→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ツナの和風ベンネ	①牛乳→豆乳		②ツナ→ベーコン		
14 火	昼食	① ごはん ② じゃが芋のスープ ③ 鮭のパン粉焼き ④ ほうれん草とエリンギのソテー ⑤ グレープフルーツ			③鮭→鶏もも肉		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 揚げパン	①牛乳→豆乳				
15 水	昼食	① 麦入りごはん ② 豚汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ ひじきのごま味噌サラダ ⑤ オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ポテトもち ③ そら豆の塩ゆで	①牛乳→豆乳 ②バター→油、スキムミルク→豆乳				
16 木	昼食	① ごはん ② なめこと大根の味噌汁 ③ 肉豆腐 ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ パナナ				③豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ヨーグルト蒸しパン	①牛乳→豆乳 ②バター→油、ヨーグルト・牛乳・スキムミルク→豆乳				

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
17 金	昼食	① ごはん ② じゃが芋の味噌汁 ③ 鶏肉の風味焼き ④ ほうれん草のおかか和え ⑤ パナナ					
	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、牛乳・スキムミルク→豆乳				
18 土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ				②豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② お麩ラスク ③ さつま芋マッシュ	①牛乳→豆乳		④ツナ→除去	③豆乳→牛乳	
20 月	昼食	① 麦入りごはん ② かぼちゃのスープ ③ ポークビーンズ ④ ボイルブロッコリー ⑤ 甘夏				③大豆→除去	
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② 鶏塩うどん					
21 火	昼食	① カレーライス ② 切り干し大根としらすのサラダ ③ 棒チーズ ④ グレープフルーツ	③棒チーズ→ウインナー		②しらす→除去		
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② フルーツ牛乳かん ③ クラッカー	②牛乳→豆乳				
22 水	昼食	① 麦入りごはん ② かぶのすまし汁 ③ 松風焼き ④ キャベツとれんこんのサラダ ⑤ オレンジ				③豆乳→水	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② パンプキンサンド	①牛乳→豆乳 ②牛乳→豆乳				
23 木	昼食	① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁 ③ カレイの野菜あんかけ ④ 梅肉和え ⑤ パナナ			③カレイ→鶏もも肉	②高野豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 米粉のほうれん草ケーキ	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳				
24 金	昼食	① タンメン ② じゃが芋と鶏肉のバター醤油煮 ③ ボイルえんどう ④ ジューシーオレンジ	②バター→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② じゃことチーズのおやき風	①牛乳→豆乳 ②チーズ→除去		②じゃこ→除去		
25 土	昼食	① ごはん ② 豆腐のすまし汁 ③ 回鍋肉 ④ 中華風きゅうり				②豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② パナナスコーン	①牛乳→豆乳			②豆乳→牛乳	
27 月	昼食	① 麦入りごはん ② チンゲン菜の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ さつま芋のココロサラダ ⑤ 甘夏				②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→ベーコン		
28 火	昼食	① ごはん ② じゃが芋のスープ ③ 鮭のパン粉焼き ④ ほうれん草とエリンギのソテー ⑤ グレープフルーツ			③鮭→鶏もも肉		
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 揚げパン	①牛乳→豆乳				
29 水	昼食	① 麦入りごはん ② 豚汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ ひじきのごま味噌サラダ ⑤ オレンジ					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ポテもち ③ そら豆の塩ゆで	①牛乳→豆乳 ②バター→油、スキムミルク→豆乳				
30 木	昼食	① ごはん ② なめこと大根の味噌汁 ③ 肉豆腐 ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ パナナ				③豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ヨーグルト蒸しパン	①牛乳→豆乳 ②バター→油、ヨーグルト・牛乳・スキムミルク→豆乳				
31 金	昼食	① ごはん ② キャベツの味噌汁 ③ ぶりの煮魚 ④ さつま芋の白和え ⑤ ジューシーオレンジ			③ぶり→鶏もも肉	④豆腐→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ひじきのミルクブレッド	①牛乳→豆乳 ②バター→油、スキムミルク→豆乳				