

延長補食 食物アレルギー用献立表

令和6年7月

上井草保育園

日曜	献立	乳	卵	魚	ピーナッツ・ナッツ類 カシューナッツ・ピスタチオ 魚卵・キウイ
01 月	① わかめごはん ② みそ汁(なす・長ねぎ)		炊き込みご飯		
02 火	① 茶飯おにぎり ② みそ汁(玉ねぎ・人参)			玉ねぎ、人参	
03 水	① ジャム入りカップケーキ ② スープ(玉ねぎ、人参)			人参、玉ねぎ	
04 木	① 雑炊 ② 麦茶			長ねぎ、人参	
05 金	① さつまいの甘辛煮 ② みそ汁(絹さや・人参)				
06 土	① 菓子 ② 麦茶				
08 月	① みそ焼きおにぎり ② すまし汁(キャベツ、人参)				
09 火	① 野菜茶漬け ② 麦茶			人参、キャベツ、長ねぎ	
10 水	① 焼飯 ② みそ汁(わかめ、長ねぎ)			長ねぎ、人参	
11 木	① 人参ケーキ ② スープ(しめじ、人参)			ぶなしめじ、人参	
12 金	① 粉吹芋 ② みそ汁(ほうれんそう・大根)			ほうれん草、大根	
13 土	① 菓子 ② 麦茶				
16 火	① 茶飯おにぎり ② みそ汁(玉ねぎ・人参)				
17 水	① ジャム入りカップケーキ ② スープ(玉ねぎ、人参)				
18 木	① 雑炊 ② 麦茶				
19 金	① ゆかりおにぎり ② みそ汁(しめじ・玉ねぎ)			ぶなしめじ、玉ねぎ	ゆかりふりかけ
20 土	① 菓子 ② 麦茶				
22 月	① わかめごはん ② みそ汁(なす・長ねぎ)		炊き込みわかめ		
23 火	① 野菜茶漬け ② 麦茶				
24 水	① 焼飯 ② みそ汁(わかめ、長ねぎ)				
25 木	① 人参ケーキ ② スープ(しめじ、人参)			ぶなしめじ、人参	
26 金	① 粉吹芋 ② みそ汁(ほうれんそう・大根)			ほうれん草、大根	
27 土	① 菓子 ② 麦茶				
29 月	① みそ焼きおにぎり ② すまし汁(キャベツ、人参)				
30 火	① ゆかりおにぎり ② みそ汁(しめじ・玉ねぎ)			ぶなしめじ、玉ねぎ	ゆかりふりかけ
31 火	① さつまいの甘辛煮 ② みそ汁(白菜・人参)				