

令和6年11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	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 金	昼食	① ごはん ② 麩と水菜の味噌汁 ③ 厚揚げと鶏肉の煮物 ④ 小松菜としらすの磯和え ⑤ グレープフルーツ				④しらす→除去
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② コーンクリームパンネ	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳			
02 土	昼食	① 豚肉みそ丼 ② わかめと油揚げのすまし汁 ③ かぼちゃの甘煮				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② レモンシュガートースト	①牛乳→豆乳			
05 火	昼食	① 麦入りごはん ② 切り干し大根のすまし汁 ③ ぶりのごま味噌焼き ④ ひじきと大豆の煮物 ⑤ パナナ				③ブリ→鶏もも肉
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ポンデケージョ	①牛乳→豆乳 ②粉チーズ→除去、牛乳→豆乳			
06 水	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーボー豆腐 ④ 中華風きゅうり ⑤ りんご				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② しらすトースト	①牛乳→豆乳			②しらす干し→ベーコン
07 木	昼食	① ハヤシライス ② 里芋サラダ ③ 棒チーズ ④ オレンジ	①ハヤシルウ→ハヤシの王子様 ③チーズ→ウインナー			②ツナ缶→除去
	午後おやつ	① 牛乳 (午後おやつ) ② 鶏塩うどん	①牛乳→豆乳			
08 金	昼食	① 麦入りごはん ② 舞茸と大根の味噌汁 ③ 鶏肉のレモン風味 ④ キャベツのサラダ ⑤ パナナ				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② スイートパンプキン	①牛乳→豆乳 ②バター→油、生クリーム→豆乳			
09 土	昼食	① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ じゃが芋のそぼろ煮 ④ チンゲン菜のお浸し				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② コーンマフィン	①牛乳→豆乳			
11 月	昼食	① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁 ③ 鶏肉の油淋鶏ソース ④ かぼちゃとさつまいものごま和え ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 米粉のきなこケーキ	①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去			
12 火	昼食	① 麦入りごはん ② キャベツスープ ③ ポークビーンズ ④ ブロッコリーサラダ ⑤ パナナ				④ツナ缶→除去
	午後おやつ	① 牛乳 (午後おやつ) ② ココア揚げぱん	①牛乳→豆乳			
13 水	昼食	① ごはん ② じゃが芋のスープ ③ カレイのカレームニエル ④ ほうれん草とコーンのソテー ⑤ りんご				③カレイ→鶏もも肉
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 肉まん風	①牛乳→豆乳			
14 木	昼食	① 菜めし ② 豆腐となめこの味噌汁 ③ レンコンのつくね焼き ④ 切干大根ときゅうりのサラダ ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 大学芋	①牛乳→豆乳			
15 金	昼食	① 五目中華ラーメン ② ジャーマンポテト ③ ボイルブロッコリー ④ みかん				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 納豆チャーハン	①牛乳→豆乳			

日 曜	時間帯	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
16 土	昼食	① 豚肉みそ丼 ② わかめと油揚げのすまし汁 ③ かぼちゃの甘煮				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② レモンシュガートースト	①牛乳→豆乳			
18 月	昼食	① ごはん ② 麩と水菜の味噌汁 ③ 厚揚げと鶏肉の煮物 ④ 小松菜としらすの磯和え ⑤ グレープフルーツ			④しらす干し→除去	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② コーンクリームパンネ	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳			
19 火	昼食	① 麦入りごはん ② 切り干し大根のすまし汁 ③ ぶりのごま味噌焼き ④ ひじきと大豆の煮物 ⑤ バナナ			③ブリ→鶏もも肉	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ポンデケーキ	①牛乳→豆乳 ②粉チーズ→除去、牛乳→豆乳			
20 水	昼食	① ごはん ② 春雨スープ ③ マーボー豆腐 ④ 中華風きゅうり ⑤ りんご				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② しらすトースト	①牛乳→豆乳		②しらす干し→ベーコン	
21 木	昼食	① ハヤシライス ② 里芋サラダ ③ 棒チーズ ④ オレンジ	①ハヤシルー→ハヤシの王子様 ③チーズ→ウインナー		②ツナ缶→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 (午後おやつ) ② 鶏塩うどん	①牛乳→豆乳			
22 金	昼食	① 麦入りごはん ② 舞茸と大根の味噌汁 ③ 鶏肉のレモン風味 ④ キャベツのサラダ ⑤ バナナ				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② スイートパンプキン	①牛乳→豆乳 ②バター→油、生クリーム→豆乳			
25 月	昼食	① 麦入りごはん ② キャベツスープ ③ ポークビーンズ ④ ブロッコリーサラダ ⑤ バナナ			④ツナ缶→除去	
	午後おやつ	① 牛乳 (午後おやつ) ② ココア揚げぱん	①牛乳→豆乳			
26 火	昼食	① ごはん ② 高野豆腐の味噌汁 ③ 鶏肉の油淋鶏ソース ④ かぼちゃとさつま芋のごま和え ⑤ オレンジ				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 米粉のきなこケーキ	①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去			
27 水	昼食	① ごはん ② じゃが芋のスープ ③ カレイのカレームニエル ④ ほうれん草とコーンのソテー ⑤ りんご			③カレイ→鶏もも肉	
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 肉まん風	①牛乳→豆乳			
28 木	昼食	① 菜めし ② 豆腐となめこの味噌汁 ③ レンコンのつくね焼き ④ 切干大根ときゅうりのサラダ ⑤ グレープフルーツ				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 大学芋	①牛乳→豆乳			
29 金	昼食	① 五目中華ラーメン ② ジャーマンポテト ③ ボイルブロッコリー ④ みかん				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 納豆チャーハン	①牛乳→豆乳			
30 土	昼食	① ごはん ② かぶの味噌汁 ③ じゃが芋のそぼろ煮 ④ チンゲン菜のお浸し				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② コーンマフィン	①牛乳→豆乳			