

延長補食食物アレルギー用献立表

令和7年11月

上井草保育園

日曜		献立	乳	魚	小麦	ごま	卵	魚卵・キウイ・ナッツ類・甲殻類
01 土	①	麦茶						
	②	ソフトサラダ						
04 火	①	おかかチャーハン						
	②	みそ汁(玉ねぎ・さつま芋)						
05 水	①	スープ(人参・チンゲン菜)						
	②	ジャム入りカップケーキ						
06 木	①	ケチャップライス						
	②	スープ(小松菜・長ネギ)						
07 金	①	じゃが芋の甘辛煮						
	②	みそ汁(人参・玉ねぎ)						
08 土	①	麦茶						
	②	ソフトサラダ						
10 月	①	にんじんケーキ						
	②	スープ(玉ねぎ・人参)						
11 火	①	野菜のフォー						
	②	麦茶						
12 水	①	茶飯おにぎり						
	②	みそ汁(しめじ・人参)						
13 木	①	かやくごはん						
	②	みそ汁(じゃが芋・ほうれん草)						
14 金	①	きのこのフォー						
	②	スープ(キャベツ・人参)						
15 土	①	麦茶						
	②	ソフトサラダ						
17 月	①	雑炊						
	②	麦茶						
18 火	①	おかかチャーハン						
	②	みそ汁(玉ねぎ・さつま芋)						
19 水	①	スープ(人参・チンゲン菜)						
	②	ジャム入りカップケーキ						
20 木	①	ケチャップライス						
	②	スープ(小松菜・長ネギ)						
21 金	①	じゃが芋の甘辛煮						
	②	みそ汁(人参・玉ねぎ)						
22 土	①	麦茶						
	②	ソフトサラダ						
25 火	①	野菜のフォー						
	②	麦茶						
26 水	①	茶飯おにぎり						
	②	みそ汁(しめじ・人参)						
27 木	①	かやくごはん						
	②	みそ汁(じゃが芋・ほうれん草)						
28 金	①	きのこのフォー						
	②	スープ(キャベツ・人参)						
29 土	①	麦茶						
	②	ソフトサラダ						