

令和8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	魚	ごま	卵	魚卵・キウイ・ナッツ類・甲殻類
02月	昼食	① あんかけ焼きそば ② 切干大根とわかめのスープ ③ かぼちゃとツナのサラダ ④ りんご		③ツナ缶→除去			
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② リゾット	②牛乳→豆乳、バター→除去				
03火	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 バナナ					
	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				
04水	昼食	① 麦入りごはん ② 里芋と舞茸のすまし汁 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	④白ごま→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				
05木	昼食	① ごはん ② さつま芋の味噌汁 ③ チキンカツ(パン粉1.5倍) ④ キャベツのサラダ ⑤ ポンカン					
	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				
06金	昼食	① 麦入りごはん ② のっぺい汁 ③ 豚肉の生姜焼き ④ 花野菜のフレンチサラダ ⑤ バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ツナのベンネナポリタン	①牛乳→豆乳	②ツナ缶→ベーコン			
07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 粉ふき芋					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ココア蒸しパン	①牛乳→豆乳				
09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 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チーズ→除去				
10火	昼食	① ごはん ② かぶのスープ ③ さばのトマトソースかけ ④ さつま芋サラダ ⑤ はっさく	④チーズ→除去	③さば→鶏もも肉			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 焼きうどん	①牛乳→豆乳				
12木	昼食	① ごはん ② 麩の味噌汁 ③ ぶりの甘辛煮 ④ 白和え ⑤ ポンカン		③ぶり→鶏もも肉			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② かぼちゃバターもち	①牛乳→豆乳 ②バター→除去				
13金	昼食	① 大豆とじゃこのごはん ② なすの味噌汁 ③ 鶏肉と大根の五目煮 ④ 白菜と小松菜のおかか和え ⑤ バナナ		①じゃこ→除去	①白ごま→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		②黒ごま→除去		
14土	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 豚肉のプルコギ ④ きゅうりの中華和え					
	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				

日／曜	時間帯	献立	乳	魚	ごま	卵	魚卵・キウイ・ナッツ類・甲殻類
16月	昼食	① あんかけ焼きそば ② 切干大根とわかめのスープ ③ かぼちゃとツナのサラダ ④ りんご		③ツナ缶→除去			
	午後おやつ	① 麦茶(午後おやつ) ② リゾット	②牛乳→豆乳、バター→除去				
17火	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 バナナ					
	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				
18水	昼食	① 麦入りごはん ② 里芋と舞茸のすまし汁 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			
	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				
19木	昼食	① ごはん ② さつまいの味噌汁 ③ チキンカツ(パン粉1.5倍) ④ キャベツのサラダ ⑤ ポンカン					
	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				
20金	昼食	① 麦入りごはん ② のっぺい汁 ③ 豚肉の生姜焼き ④ 花野菜のフレンチサラダ ⑤ バナナ					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ツナのパンネナポリタン	①牛乳→豆乳	②ツナ缶→ベーコン			
21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 粉ふき芋					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ココア蒸しパン	①牛乳→豆乳				
24火	昼食	① ごはん ② かぶのスープ ③ さばのトマトソースかけ ④ さつまいサラダ ⑤ はっさく	④チーズ→除去	③さば→鶏もも肉			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 焼きうどん	①牛乳→豆乳				
25水	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 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チーズ→除去				
26木	昼食	① ごはん ② 麩の味噌汁 ③ ぶりの甘辛煮 ④ 白和え ⑤ ポンカン		③ぶり→鶏もも肉			
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② かぼちゃバターもち	①牛乳→豆乳 ②バター→除去				
27金	昼食	① 大豆とじゃこのごはん ② なすの味噌汁 ③ 鶏肉と大根の五目煮 ④ 白菜と小松菜のおかか和え ⑤ バナナ		①じゃこ→除去	①白ごま→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		②黒ごま→除去		
28土	昼食	① ごはん ② 大根の味噌汁 ③ 豚肉のブルコギ ④ きゅうりの中華和え					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ヨーンマフィン	①牛乳→豆乳				