

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プ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かじきのみぞ焼き 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のっべい汁 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ツナのベンネナボリタン	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		③さば→鶏もも肉 ④チーズ→除去			
	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麸の味噌汁 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・ナツツ類・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				
20 金	昼食	①麦入りごはん ②のっつい汁 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ツナのベネチアソリタン	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					
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コーンマフィン	①牛乳→豆乳				