

令和8年8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	小麦	ごま	卵	魚卵・キリンイ・ナッツ類・田穀類
01土	昼食	① ごはん ② チンゲン菜の味噌汁 ③ 鶏肉の甘酢炒め ④ ブロッコリーのおかか和え						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② バナナケーキ(土曜)	①牛乳→豆乳					
03月	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 冬瓜の味噌汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ キャベツとチーズのサラダ ⑤ オレンジ	④サイコロチーズ→除去					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 米粉のキャロットケーキ	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳、スキムミルク→豆乳					
04火	昼食	① とうもろこしごはん ② わかめの味噌汁 ③ かじきのバーベキューソース ④ ひじきときゅうりのサラダ ⑤ グレープフルーツ		③かじき→鶏もも				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② きなこ揚げパン	①牛乳→豆乳					
05水	昼食	① ジャージャー麺 ② トマトの中華風スープ ③ さつま芋のレモン煮 ④ スイカ						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② じゃこピラフ	①牛乳→豆乳	②じゃこ→ベーコン				
06木	昼食	① ごはん ② オクラの味噌汁 ③ 納豆炒め ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ パイナップル						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② フルーツゼリー ③ クラッカー	①牛乳→豆乳					
07金	昼食	① チキンカレー ② ブロッコリーとツナのサラダ ③ 棒チーズ 1本 ④ バナナ	③棒チーズ →ウインナー	②ツナ→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② おさつパイ(幼2、乳1.5個)	①牛乳→豆乳 ②バター→除去					
08土	昼食	① ごはん ② わかめの味噌汁 ③ 豚肉と厚揚げの炒め煮 ④ 小松菜のお浸し						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② マシュマロクラッカーサンド	①牛乳→豆乳					
10月	昼食	① 麦入りごはん ② ズッキーニのスープ ③ 照焼ハンバーグ ④ 青のりポテト ⑤ パイナップル						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② セサミスコーン	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳					
12水	昼食	① 麦入りごはん ② キャベツの味噌汁 ③ さばのみりん焼き ④ 切干大根の煮物 ⑤ オレンジ		③さば→鶏もも				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② インディアンスパゲティー	①牛乳→豆乳					
13木	昼食	① ごはん ② なめこの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ キャベツのさっぱり和え ⑤ グレープフルーツ						
	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 ②バター→油、牛乳→豆乳					
14金	昼食	① 豚味噌丼 ② 豆腐のすまし汁 ③ きゅうりの中華和え ④ バナナ						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② そぼろおにぎり	①牛乳→豆乳					
15土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーマレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ		④ツナ→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② シュガートースト	①牛乳→豆乳					

日／曜	時間帯	献立	乳	魚	小麦	ごま	卵	魚卵・キウイ・ナッツ類・甲殻類
17月	昼食	① ごはんの海苔佃煮添え ② 冬瓜の味噌汁 ③ 鶏肉の照り焼き ④ キャベツとチーズのサラダ ⑤ オレンジ	④サイコロチーズ→除去					
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② 米粉のキャロットケーキ	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳、スキムミルク→豆乳					
18火	昼食	① とうもろこしごはん ② わかめの味噌汁 ③ かじきのバーベキューソース ④ ひじきときゅうりのサラダ ⑤ グレープフルーツ		③かじき→鶏もも				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② きなこ揚げパン	①牛乳→豆乳					
19水	昼食	① ジャージャー麺 ② トマトの中華風スープ ③ さつま芋のレモン煮 ④ スイカ						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② じゃこピラフ	①牛乳→豆乳	②じゃこ→ベーコン				
20木	昼食	① ごはん ② オクラの味噌汁 ③ 納豆炒め ④ きゅうりとわかめの三杯酢 ⑤ パイナップル						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② フルーツゼリー ③ クラッカー	①牛乳→豆乳					
21金	昼食	① チキンカレー ② ブロッコリーとツナのサラダ ③ 棒チーズ 1本 ④ バナナ	③棒チーズ →ウインナー	②ツナ→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② おさつパイ(幼2、乳1.5個)	①牛乳→豆乳 ②バター→除去					
22土	昼食	① ごはん ② わかめの味噌汁 ③ 豚肉と厚揚げの炒め煮 ④ 小松菜のお浸し						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② マシュマロクラッカーサンド	①牛乳→豆乳					
24月	昼食	① 麦入りごはん ② じゃが芋の味噌汁 ③ あじの蒲焼き ④ 大根とツナのサラダ ⑤ グレープフルーツ		③あじ→鶏もも ④ツナ→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② マーメレードサンド	①牛乳→豆乳					
25火	昼食	① 麦入りごはん ② ズッキーニのスープ ③ 照焼ハンバーグ ④ 青のりポテト ⑤ パイナップル						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② セサミスコーン	①牛乳→豆乳 ②バター→油、牛乳→豆乳					
26水	昼食	① 麦入りごはん ② キャベツの味噌汁 ③ さばのみりん焼き ④ 切干大根の煮物 ⑤ オレンジ		③さば→鶏もも				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② インディアンスパゲティー	①牛乳→豆乳					
27木	昼食	① ごはん ② なめこの味噌汁 ③ 肉じゃが ④ キャベツのさっぱり和え ⑤ グレープフルーツ						
	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 ②バター→油、牛乳→豆乳					
28金	昼食	① 豚味噌丼 ② 豆腐のすまし汁 ③ きゅうりの中華和え ④ バナナ						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② そぼろおにぎり	①牛乳→豆乳					
29土	昼食	① ごはん ② 豆腐とわかめのスープ ③ 鶏肉のマーメレード焼き ④ かぼちゃとツナのサラダ		④ツナ→除去				
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② シュガートースト	①牛乳→豆乳					
31月	昼食	① 麦入りごはん ② レタスのスープ ③ 鶏肉のオニオンソース ④ ズッキーニ炒め ⑤ オレンジ						
	午後おやつ	① 牛乳(午後おやつ) ② ツナ入りポテト焼き	①牛乳→豆乳 ②スキムミルク→除去	②ツナ→ベーコン				