



# 離乳食食物アレルギー献立表 後期食



国立ひまわり保育園

令和4年10月

日／曜	時間帯	献立	卵	乳
1 15 土	午前食	① 軟飯 ② チンゲン菜のすまし汁 ③ 鶏ひき肉と野菜の味噌煮		
	午後食	① 軟飯 ② わかめスープ ③ ツナとかぶの煮物		
3 17 月	午前食	① 軟飯 ② 大根の味噌汁 ③ 野菜のそぼろ煮		
	午後食	① 軟飯 ② キャベツのスープ ③ ツナと野菜のケチャップ煮		
4 18 火	午前食	① 軟飯 ② さつまいのシチュー ③ 煮りんご		
	午後食	① しらす入り煮込みうどん ② さつまいの煮物		
5 19 水	午前食	① 軟飯 ② かぼちゃの味噌汁 ③ カレイと野菜の煮物		
	午後食	① 軟飯 ② かぶのすまし汁 ③ かぼちゃのそぼろ煮		
6 20 木	午前食	① 軟飯 ② キャベツのすまし汁 ③ 豆腐と里芋味噌煮		
	午後食	① 軟飯 ② 肉団子のスープ ③ 里芋煮		
7 21 金	午前食	① 軟飯 ② 大根とわかめの味噌汁 ③ カレイと野菜の煮物		
	午後食	① 軟飯 ② さつまいの味噌汁 ③ しらすと野菜の煮物		
8 22 土	午前食	① 軟飯 ② なすの味噌汁 ③ 麩と野菜のそぼろ煮		
	午後食	① 軟飯 ② わかめのすまし汁 ③ ツナと野菜の煮物		
24 月	午前食	① 軟飯 ② さつまいのすまし汁 ③ 豆腐と野菜のそぼろ煮		
	午後食	① 軟飯 ② ブロッコリーのスープ ③ しらすと野菜の煮物		
11 31 火	午前食	① うどんのミートソース ② 小松菜のスープ ③ かぼちゃの甘煮		
	午後食	① 軟飯 ② かぼちゃのすまし汁 ③ しらすと野菜の味噌煮		
25 火	午前食	① 軟飯 ② じゃが芋の味噌汁 ③ 白身魚のトマト煮		
	午後食	① 軟飯 ② トマトとほうれん草のすまし汁 ③ じゃが芋のそぼろ煮		
12 26 水	午前食	① 軟飯 ② 里芋の味噌汁 ③ 野菜のそぼろ煮		
	午後食	① 煮込みうどん ② ツナと里芋の煮物		
13 27 木	午前食	① 軟飯 ② かぼちゃの味噌汁 ③ 豆腐と野菜のそぼろ煮		
	午後食	① 軟飯 ② 肉団子のスープ ③ かぼちゃの甘煮		
14 28 金	午前食	① 軟飯 ② 大根とわかめの味噌汁 ③ カレイと野菜の煮物		
	午後食	① 軟飯 ② さつまいの味噌汁 ③ しらすと野菜の煮物		
29 土	午前食	① 軟飯 ② わかめのすまし汁 ③ 豆腐と野菜の味噌煮		
	午後食	① 軟飯 ② いんげんスープ ③ ツナとさつまいの煮物		