# 後期食物アレルギー献立表

令和6年4月

国立ひまわり保育園

| 日／曜 | 時間帯 | 献立 | 卵 |
|---|---|---|---|
| 1 月 | 午前食 | 5倍粥<br>シチュー<br>スティック野菜 | |
| | 午後食 | 煮込みうどん<br>しらすと野菜の煮物 | |
| 2 火 | 午前食 | 5倍粥<br>大根の味噌汁<br>カレイと野菜の煮物 | |
| | 午後食 | トースト（スティック）<br>肉団子のスープ<br>ゆでブロッコリー | |
| 3 水 | 午前食 | 5倍粥<br>かぼちゃのすまし汁<br>肉団子と野菜の煮物 | |
| | 午後食 | 納豆がゆ<br>かぶの味噌汁<br>高野豆腐と野菜の煮物 | |
| 4 木 | 午前食 | 5倍粥<br>ブロッコリーの豆乳スープ<br>さつま芋のそぼろ煮 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>白菜のすまし汁<br>ツナと野菜の煮物 | |
| 5 金 | 午前食 | 5倍粥<br>かぼちゃの味噌汁<br>白身魚とアスパラの煮物 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>キャベツのすまし汁<br>肉団子と野菜の煮物 | |
| 6 土 | 午前食 | 5倍粥<br>ほうれん草の味噌汁<br>ブロッコリーのそぼろ煮 | |
| | 午後食 | トースト（スティック）<br>わかめのスープ<br>麩と野菜の煮物 | |
| 8 月 | 午前食 | 5倍粥<br>キャベツの味噌汁<br>高野豆腐と野菜の煮物 | |
| | 午後食 | トースト（スティック）<br>肉団子のスープ<br>じゃが芋煮 | |
| 9 火 | 午前食 | 豆腐入り煮込みうどん<br>大根の煮物 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>キャベツのすまし汁<br>ツナと野菜の煮物 | |
| 10 水 | 午前食 | 5倍粥<br>白菜の味噌汁<br>かぼちゃのそぼろ煮 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>かぼちゃのスープ<br>高野豆腐と野菜の味噌煮 | |
| 11 木 | 午前食 | 5倍粥<br>さつま芋の味噌汁<br>しらすと野菜の煮物 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>かぶのすまし汁<br>さつま芋のそぼろ煮 | |
| 12 金 | 午前食 | 5倍粥<br>小松菜の味噌汁<br>白身魚のトマト煮 | |
| | 午後食 | 煮込みうどん<br>ツナと野菜の煮物 | |
| 13 土 | 午前食 | 5倍粥<br>じゃが芋の味噌汁<br>豆腐と野菜の煮物 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>小松菜のすまし汁<br>しらすと野菜の煮物 | |

| 日／曜 | 時間帯 | 献立 | 卵 |
|---|---|---|---|
| 15 月 | 午前食 | 5倍粥<br>シチュー<br>スティック野菜 | |
| | 午後食 | 煮込みうどん<br>しらすと野菜の煮物 | |
| 16 火 | 午前食 | 5倍粥<br>大根の味噌汁<br>カレイと野菜の煮物 | |
| | 午後食 | トースト（スティック）<br>肉団子のスープ<br>ゆでブロッコリー | |
| 17 水 | 午前食 | 5倍粥<br>かぼちゃのすまし汁<br>肉団子と野菜の煮物 | |
| | 午後食 | 納豆がゆ<br>かぶの味噌汁<br>高野豆腐と野菜の煮物 | |
| 18 木 | 午前食 | 5倍粥<br>ブロッコリーの豆乳スープ<br>さつま芋のそぼろ煮 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>白菜のすまし汁<br>ツナと野菜の煮物 | |
| 19 金 | 午前食 | 5倍粥<br>かぼちゃの味噌汁<br>白身魚とアスパラの煮物 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>キャベツのすまし汁<br>肉団子と野菜の煮物 | |
| 20 土 | 午前食 | 5倍粥<br>ほうれん草の味噌汁<br>ブロッコリーのそぼろ煮 | |
| | 午後食 | トースト（スティック）<br>わかめのスープ<br>麩と野菜の煮物 | |
| 22 月 | 午前食 | 5倍粥<br>キャベツの味噌汁<br>高野豆腐と野菜の煮物 | |
| | 午後食 | トースト（スティック）<br>肉団子のスープ<br>じゃが芋煮 | |
| 23 火 | 午前食 | 豆腐入り煮込みうどん<br>大根の煮物 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>キャベツのすまし汁<br>ツナと野菜の煮物 | |
| 24 水 | 午前食 | 5倍粥<br>白菜の味噌汁<br>かぼちゃのそぼろ煮 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>かぼちゃのスープ<br>高野豆腐と野菜の味噌煮 | |
| 25 木 | 午前食 | 5倍粥<br>さつま芋の味噌汁<br>しらすと野菜の煮物 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>かぶのすまし汁<br>さつま芋のそぼろ煮 | |
| 26 金 | 午前食 | 5倍粥<br>小松菜の味噌汁<br>白身魚のトマト煮 | |
| | 午後食 | 煮込みうどん<br>ツナと野菜の煮物 | |
| 27 土 | 午前食 | 5倍粥<br>じゃが芋の味噌汁<br>豆腐と野菜の煮物 | |
| | 午後食 | 5倍粥<br>小松菜のすまし汁<br>しらすと野菜の煮物 | |
| 30 火 | 午前食 | うどんのミートソース<br>じゃが芋のスープ<br>スティック野菜 | |
| | 午後食 | しらす粥<br>キャベツのスープ<br>ツナとじゃが芋の煮物 | |

※離乳食の後にミルクを飲みます。
※園の行事、その他の都合で、献立を変更する場合があります。