



*** 食物アレルギーをもつお子さんの保護者様へ ***

- 卵・乳・小麦・大豆、又はそれらを原材料とした製品を使用している献立について、記号で表示をしています。
- えび・かに・いか・落花生・蕎麦の食材は、給食では使用していません。
- パン・ちくわ・ベーコン・ハム、ウィンナー、マヨネーズ等は、卵不使用です。
- 調味料(しょうゆ・みそ・ソース類・ドレッシング等)のアレルゲン表示は除いています。
- 詳しい情報が必要な方、又は不明な点がある場合は、園までお問合せください。



★ 赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

(作成者)管理栄養士 高嶺 奈那

日曜	献立名	アレルゲン				おやつ 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルゲン				おやつ 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)		
		卵	乳	小麦	大豆		あか	きいろ	みどり			卵	乳	小麦	大豆		あか	きいろ	みどり
1月	スパゲティミートソース パンプキンサラダ ほうれん草とえのきのスープ りんご	●	★	▲	◇	昆布おにぎり	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン かぼちゃ ほうれん草 えのきたけ	16日	麦ごはん さばのみそ焼き スライストマト パイン缶 切干大根のイリチー 筍と椎茸のすまし汁	●	★	▲	◇	黒糖ちんすこう	さば ツナ缶	精白米 強化米	トマト 人参 切干大根 かんぴょう 糸こんにゃく 筍 ねぎ 干しいたけ パイン缶
2日	お弁当会				チーズクッキー ★▲					17日	カレーピラフ 鶏肉のマーマレード焼き ベーコンポテト チンゲン菜と茸のスープ バナナ	●	★	▲	◇	人参マフィン ★▲	鶏もも肉 ベーコン	精白米 強化米 じゃが芋	人参 GP 玉ねぎ 刻みパセリ チンゲン菜 干しいたけ バナナ
4日	三色ごはん コーンサラダ なめこ汁 パイン缶					小倉ケーキ ★▲	鶏ひき肉 豚ひき肉 ハム わかめ	精白米 強化米	人参 コーン 大根の葉 キャベツ きゅうり なめこ パイン缶	18日	芋ごはん 西京焼き くずきりの甘酢あえ 蒸しブロッコリー 沢煮椀 みかん					くずもち ◇	白身魚 わかめ ハム 豚肉	精白米 強化米 さつま芋 くずきり	きゅうり ブロッコリー えのきたけ 人参 ごぼう たけのこ 干しいたけ ねぎ みかん
5日	麦ごはん 西京焼き 麩と野菜の炒め スライストマト バナナ たけのこと茸のすまし汁	●	★	▲	◇	シナモントースト ★▲	白身魚 卵 竹小町	精白米 強化米 麩	キャベツ 人参 もやし ニラ トマト たけのこ 干しいたけ ねぎ バナナ	19日	ロールパン ハンバーグ マカロニサラダ パンプキンスープ パイン缶	●	★	▲	◇	鮭と青菜のおにぎり	豚ひき肉 牛ひき肉 ツナ缶 ベーコン	ロールパン マカロニ	玉ねぎ 人参 パイン缶 みかん缶 レーズン きゅうり かぼちゃ パイン缶
6日	鶏肉丼 ゆし豆腐汁 桃缶				◇	豆乳ウエハース ★▲◇	鶏もも肉 ゆし豆腐	精白米 強化米	玉ねぎ たけのこ 人参 みつば 干しいたけ 桃缶	20日	スタミナ丼 小松菜と茸のすまし汁 桃缶					ぼたぼた焼き ★▲	豚肩ロース	精白米 強化米 ぼたぼた焼 き	玉ねぎ ごぼう 人参 干しいたけ ニラ 小松菜 干しいたけ 桃缶
8日	チキンカレー ブロッコリーとトマトのごまあえ わかめスープ パイン缶	●	★	▲	◇	蒸し芋	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋 さつま芋	人参 GP 玉ねぎ コーン ピーマン ブロッコリー トマト パイン缶	22日	豚肉ビビンバ きゅうりとささみの甘酢和え たけのこと椎茸のすまし汁 バナナ					メロンパン ★▲	豚肉 鶏ささみ	精白米 強化米	コーン ほうれん草 もやし 人参 きゅうり たけのこ 干しいたけ ねぎ バナナ
9日	麦ごはん 揚げ魚のケチャップあん 春雨の中華炒め もずくスープ みかん			▲	◇	ヨーグルトブレッド ★▲	白身魚 豚もも肉 もずく	さつま芋 精白米 強化米 春雨	たけのこ 人参 しめじ キャベツ さやいんげ ん えのきたけ みかん	24日	麦ごはん 鶏肉のさっぱり煮 こんにゃくのソテー 冬瓜とわかめのみそ汁 パイン缶			▲		お麩ラスク ▲◇	鶏もも肉 豚肩ロース わかめ ツナ缶	精白米 強化米	糸こんにゃく 人参 コーン 小松菜 冬瓜 パイン缶
10日	沖縄風煮つけ キャベツのごまごぼ和え 筍と茸のみそ汁 りんご				◇	ココアケーキ ★▲	豚もも肉 厚揚げ	むぎごま	大根 昆布 しめじ 人参 キャベツ きゅうり たけのこ 干しいたけ りんご	25日	チキンカレー れんこんサラダ 白菜のすまし汁 みかん	●	★	▲	◇	揚げパン ★▲	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン GP ピーマン れんこん キャベツ きゅうり 白菜 みかん
11日	麦ごはん 鮭のもみじ焼き 人参シリシリ マッシュポテト バナナ えのきたけのみそ汁	●	★	▲	◇	芋と人参の蒸しパン ★▲	鮭 スラム缶 ツナ缶 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 ブロッコリー もやし えのきたけ ねぎ バナナ	26日	ひじきごはん 魚の照り焼き ほうれん草のソテー 豆腐とえのきのみそ汁 パイン缶				◇	ココアクッキー ●★▲◇	豚ひき肉 干ひじき 油揚げ 白身魚 豆腐	精白米	人参 ごぼう ほうれん草 もやし コーン缶 えのきたけ ねぎ パイン缶
12日	沖縄そば かぼちゃの天ぷら 切干大根のゴマ酢あえ りんご	●	★	▲	◇	ツナマヨトースト	豚三枚肉 丸かまぼこ 鶏ささみ	沖縄そば	刻み昆布 かぼちゃ 切干大根 人参 ごぼう きゅうり りんご	27日	焼きそば ゆし豆腐汁 桃缶			▲	◇	ビスケット	豚肉 ゆし豆腐	焼きそばめ ん	キャベツ 玉ねぎ 人参 桃缶
13日	麦ごはん 麻婆豆腐 レタスのスープ 桃缶				◇	はちやぐみ	豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米	生しいたけ 人参 玉ね ぎ たけのこ ニラ レタス 桃缶	29日	もずくどんぶり パンプキンサラダ 大根と椎茸のみそ汁 みかん					黒糖アガラサー ▲	もずく(塩抜 き) 豚ひき肉	さつま芋 精白米 強化米 じゃが芋	ピーマン コーン缶 かぼちゃ 大根 干しいたけ ねぎ みかん
15日	黒米ごはん 豚カツ 昆布イリチー 蒸しとうもろこし イナムドウチ みかん	●	★	▲	◇	♡七五三お祝い♡ 赤まんじゅう ★▲ りんごジュース	豚ヒレ肉 三枚肉 豚肉 カマボコ	精白米 強化米	刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく とうもろこし 干しいたけ 大根 みかん	30日	麦ごはん 魚のマヨネーズ焼き 五目きんぴら ミネストローネ バナナ	●	★	▲	◇	ヨーグルト入リスコーン ★▲	白身魚 粉チーズ 鶏もも肉 竹小町 ベーコン	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ ごぼう 人参 糸こんにゃく 干しいたけ キャベツ トマト バナナ

★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。
★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています。

★ 3~5歳児の保育乳は、午前中の給食時間に提供しています。
★ 幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。

