幼児食こんだて

令和6年 4月　　愛心こども園

◇◇ 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。

★ 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 ●卵	★乳	▲小麦	◇大豆	おやつ 午前 2歳児未満 午後（1～5歳児）	おもな材料（昼食） あか 血や肉・骨となる	きいろ 熱や力となる	みどり 体の調子をよくする
1 月	チキンカレー QBBチーズ 野菜とわかめのサラダ 白菜とベーコンのスープ バナナ		★ ★ ★ ★	▲		クラッカー ジャムサンド ★▲ ジョア	鶏もも肉 チーズ ロースハム わかめ ベーコン	精白米 強化米 じゃが芋 HKミックス 粉	人参　玉ねぎ ピーマン キャベツ きゅうり コーン 白菜 バナナ
2 火	黒米ごはん 西京焼き ひじきの五目煮 たけのこと豆腐のすまし汁 ネーブル				◇ ◇	Caビスケット 塩ちんすこう ▲ 保育乳	白身魚 干ひじき 竹小町 油揚げ 豆腐	精白米 黒米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ たけのこ 葉ねぎ ネーブル
3 水	ごはん（強化米入り） 豚肉のしょうが焼き マッシュポテト 春雨サラダ 冬瓜と椎茸のすまし汁　パイン缶		★ ★		◇	バナナ シナモントースト ★▲ 保育乳	豚肉 ハム	精白米 強化米 じゃが芋 春雨	玉ねぎ 赤ピーマン きゅうり 人参 とうがん 干しいたけ パイン缶
4 木	ごはん（強化米入り） 鶏肉のさっぱり焼き 五目きんぴら もずくと卵のスープ ネーブル	●				チーズ ホットケーキ ★▲ 保育乳	チーズ 鶏もも肉 豚肉 竹小町 もずく 卵	精白米 強化米	ごぼう 人参 糸こんにゃく 干しいたけ ネーブル
5 金	ごはん（強化米入り） さんまのかば焼き 切干大根のイリチー 蒸しブロッコリー 豆腐と大根のみそ汁　バナナ				◇	Ca ウエハース ココアクッキー ★▲ 保育乳	さんま開き ツナ缶 絹ごし豆腐	精白米 強化米	切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ブロッコリー 大根　バナナ
6 土	ホイコーロー丼 小松菜と茸のすまし汁 りんご					＊＊＊ 豆乳ウエハース ★▲◇ 保育乳	豚肩ロース	精白米 強化米	キャベツ ピーマン 人参　ニラ 小松菜 干しいたけ りんご
8 月	スパゲティミートソース ブロッコリーとキャベツのサラダ コーンスープ グレープフルーツ		★ ★	▲		Caせんべい 赤まんじゅう ▲ 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ ロースハム	スパゲティ 精白米 強化米	人参　玉ねぎ トマト セロリ ピーマン コーン缶 ブロッコリー GF
9 火	ごはん（強化米入り） 魚の照り焼き 麩と野菜の炒め なめこ汁 パイン缶	●		▲	◇	Caビスケット 蒸し芋 保育乳	白身魚 卵 竹小町 絹ごし豆腐	精白米 強化米 麩 さつま芋	キャベツ 人参 もやし ニラ なめこ パイン缶
10 水	ごはん（強化米入り） チキンから揚げ 八宝菜 スライストマト 冬瓜とほうれん草のすまし汁					クラッカー あんバターサンド ★▲ 保育乳	鶏もも肉 豚もも肉	精白米 強化米	白菜　冬瓜 たけのこ 人参 干しいたけ トマト ほうれん草 バナナ
11 木	ごはん（強化米入り） 肉みそ豆腐 かぼちゃの煮物 カリカリきゅうり 沢煮椀　　桃缶				◇	バナナ サーターアンダギー ●★▲ 保育乳	厚揚げ 豚ひき肉 豚肉	精白米 強化米	玉ねぎ かぼちゃ きゅうり 人参 ごぼう 干しいたけ ねぎ　桃缶
12 金	ごはん（強化米入り） 魚のコーンマヨ焼き きんぴらごぼう トマトとえのきのスープ ネーブル		★ ★	▲		チーズ メロンパン ★▲ 保育乳	チーズ 白身魚 粉チーズ ベーコン	精白米 強化米	コーン缶 玉ねぎ　ニラ ごぼう　人参 糸こんにゃく えのきたけ カットトマト缶 ネーブル
13 土	ごはん（強化米入り） 麻婆豆腐 冬瓜とわかめのすまし汁 りんご				◇	＊＊＊ ぽたぽた焼き ▲ 保育乳	豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米	生しいたけ 人参　ニラ 玉ねぎ たけのこ とうがん りんご
15 月	豚肉ビビンバ きゅうりとささみの梅酢和え えのきとわかめのスープ ネーブル	●				クラッカー チョコチップスコーン ★▲ 保育乳	豚肉 鶏ささみ わかめ	精白米 強化米	ほうれん草 もやし 人参 きゅうり えのきたけ ネーブル
16 火	ごはん（強化米入り） グルクンの竜田揚げ 人参シリシリー 豚汁 バナナ					Ca ウエハース 黒糖アガラサー ▲ 保育乳	たかさご スパム缶 豚肉	精白米 強化米	人参 ブロッコリー もやし　大根 干しいたけ 昆布 バナナ
17 水	ごはん（強化米入り） スパニッシュオムレツ スパゲティサラダ 白菜とコーンスープ 桃缶	●	★	▲		バナナ 豆腐ナゲット ◇ ヨーグルト	ベーコン ハム 豆腐 鶏ひき肉	精白米 強化米 じゃが芋 スパゲティ	ほうれん草 人参 きゅうり コーン缶 白菜 桃缶
18 木	ごはん（強化米入り） ささみのレモンソースがけ 野菜そぼろのカレー風味炒め そうめん汁 ネーブル			▲		Caビスケット ミニマドレーヌ ●★▲ 保育乳	鶏ささみ 豚ひき肉	精白米 強化米 そうめん	もやし 糸こんにゃく 人参 さやいんげん ネーブル
19 金	ごはん（強化米入り） さばのみそ焼き こんにゃくのソテー 大根とわかめのすまし汁 バナナ					チーズ ホットドック ★▲ 保育乳	チーズ さば（生） 豚肩ロース わかめ	精白米 強化米	糸こんにゃく 人参 小松菜 大根 バナナ
20 土	鶏肉のあんかけ丼 白菜と豆腐のみそ汁 ネーブル				◇	＊＊＊ はちゃ棒 保育乳	鶏もも肉 豆腐	精白米 強化米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 Hコーン缶 白菜 ネーブル
22 月	キーマカレー コールスローサラダ わかめスープ グレープフルーツ		★	▲		Caせんべい ココナッツミルクケーキ ★▲ 保育乳	鶏ひき肉 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参　玉ねぎ コーン缶 ピーマン カットトマト缶 キャベツ きゅうり みかん缶
23 火	ごはん（強化米入り） 鮭のもみじ焼き ほうれん草のソテー なめこ汁 バナナ		★		◇	クラッカー くずもち ◇ 保育乳	鮭 ベーコ 絹ごし豆腐	精白米 強化米	人参 ほうれん草 もやし Hコーン缶 なめこ バナナ
24 水	ごはん（強化米入り） 納豆ツナみそ 豚肉の甘酢ソテー 切干大根とささみの和え物 冬瓜と椎茸のすまし汁　パイン缶				◇	バナナ 大学芋 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚もも薄切り肉 鶏ささみ ハム	精白米 強化米 さつま芋	玉ねぎ　冬瓜 さやいんげん Hコーン缶 切干大根 きゅうり 干しいたけ パイン缶
25 木	ごはん（強化米入り） ハンバーグ 昆布イリチー 蒸しとうもろこし　ネーブル ほうれんと卵のスープ	●	★	▲		Ca ウエハース ヨーグルトブレッド ★▲ 保育乳	豚ひき肉 牛ひき肉 豚三枚肉 卵	精白米 強化米	玉ねぎ　人参 刻み昆布 かんぴょう 糸こんにゃく とうもろこし ほうれん草 ネーブル
26 金	ロールパン 魚のフライ ブロッコリー炒め パンプキンスープ バナナ	●	★ ★ ★	▲ ▲ ▲		Caビスケット ゆかりおにぎり 保育乳	白身魚 ロースハム	ロールパン じゃが芋	玉ねぎ ピクルス ブロッコリー Hコーン缶 かぼちゃ 人参 バナナ
27 土	もずくどんぶり ゆし豆腐汁 桃缶				◇	＊＊＊ ビスケット ★▲ 保育乳	もずく 豚ひき肉 ゆし豆腐	精白米 強化米	ピーマン コーン缶 桃缶
30 火	沖縄そば 芋とささみのサラダ カップケーキ	●	★ ★ ★	▲ ▲		Ca ウエハース いなり寿司 ◇ 野菜ジュース	豚三枚肉 丸かまぼこ 鶏ささみ	沖縄そば さつま芋	刻み昆布 人参 きゅうり コーン缶 ネーブル

★ 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。
★ 牛乳提供時間については（午前：3歳以上 ，午後：3歳未満）となっています。
★ 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。