



給食こんだて

◇◇ 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。
- ★ 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。

令和4年 7月

愛心こども園

◆昨今の物価上昇や、物流等の諸事情により、やむを得ず、献立や食材の変更がありますことをご承ください。

(作成者) 栄養士 野原正子

★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。

日曜	献立名	アレルギー			おやつ			日曜	献立名	アレルギー			おやつ			おもな材料(昼食)		
		●	★	▲	午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか			きいろ	みどり	午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり	あか	きいろ
1	じゃこ入り梅ごはん 鶏ささみの甘酢あんかけ スティックきゅうり(マヨ) みそ汁 りんご				米せんべい	シナモントースト		16	鶏肉のあんかけ丼 ブロッコリー(マヨ) みそ汁 ネーブル				米せんべい	亀の甲せんべい		鶏もも肉 ◇絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米	青いそ 玉ねぎ チンゲン菜 人参 ニラ きゅうり えのきたけ りんご
2	クファージュシー 温サラダ 豚汁 ネーブル				***	くろ棒		19	夏野菜カレー カリカリきゅうり もずくスープ ネーブル	★	▲		米せんべい	オートミールスナック		鶏ささみ もずく ◇絹ごし豆腐	精白米 強化米 白ゴマ	人参 干しいたけ ニラ Hコーン缶 トマト ブロッコリー とうがんとろろ
4	マージンごはん 魚の照り焼き ごまかぼちゃ ひじきサラダ すまし汁 ネーブル				米せんべい	ロッククッキー		20	ロールパン 鮭のタルタル焼き 野菜サラダ パンブキンスープ バナナ	★	▲		りんご	ゆかりおにぎり		鮭 ●竹小町 (卵不使用) ●ベーコン (卵不使用)	◎ロールパン (超熟) じゃが芋	かぼちゃ きゅうり 人参 へちま Hコーン缶 たけのこ えのきたけ ネーブル
5	黒米ごはん 豚肉のしょうが焼き ゴーヤの揚げ煮 ポテトサラダ みそ汁 パン缶				バナナ	お麩ラスク		21	黒米ごはん 豚の角煮風 野菜炒め みそ汁 スイカ				米せんべい	マシュマロサンド		豚三枚肉 ◇豆腐 ●竹小町 (卵不使用) わかめ	精白米 黒米 強化米	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 にがうり ブロッコリー りんご 大根 レーズン
6	マージンごはん 肉みそ豆腐 人参シリシリ もずくの酢物 みそ汁 バナナ				米せんべい	揚げパン		22	三色ごはん 切干大根のゴマ酢あえ そうめん汁(みそ仕立て) ネーブル		▲		バナナ	ジャムサンド		鶏ひき肉 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米 白ゴマ ▲そうめん	玉ねぎ 人参 ました ブロッコリー りんご 大根 レーズン
7	七夕寿司 ハンバーグ 人参グラッセ トマトサラダ そうめん汁 スイカ	★	▲		りんご	お星様クッキー		23	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 コーンスープ ネーブル				***	亀の甲せんべい		◇豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米	人参 Hコーン缶 玉ねぎ トマト レタス きゅうり スイカ レーズン
8	マージンごはん オクラ納豆 焼きそば(カレー風味) 春雨の中華炒め みそ汁 りんご				米せんべい	蒸し芋		25	もずくどんぶり かみかみごぼう パンブキンスープ 魚のみそ汁 ネーブル				米せんべい	Caせんべい		もずく 豚ひき肉 白身魚	精白米 強化米 白ゴマ じゃが芋	オクラ たけのこ 人参 キャベツ しめじ さやいんげん わかめ
9	ハヤシライス スティックきゅうり(マヨ) すまし汁 ネーブル				***	はちや棒		26	マージンごはん さばのりんご酢ソースかけ 豚肉と春雨の炒め スライストマト みそ汁 スイカ				りんご	バナナケーキ		さば 豚もも肉 ◇豆腐 わかめ	精白米 強化米 もちきび 春雨	玉ねぎ GP きゅうり たけのこ えのきたけ ネーブル
11	豚丼(しめじ) フライドポテト スティックきゅうり(塩) みそ汁 ネーブル				米せんべい	黒糖アガサー		27	スバゲティミートソース ゴマじゃが きゅうりの甘酢あえ コーンスープ ネーブル		▲		米せんべい	しらすおにぎり		牛ひき肉 豚ひき肉 しらす干し わかめ	▲スバゲティ じゃが芋 白すりごま	玉ねぎ ほうれん草 えのきたけ きゅうり 大根 ネーブル
12	黒米ごはん 鮭のみそマヨ焼き 切干大根のイリチー ブロッコリーのゴマあえ レタスのスープ バナナ				りんご	ヨーグルトブレッド		28	マージンごはん レバーの竜田揚げ 人参シリシリ もずくの酢物 みそ汁 バナナ				りんご	ココアケーキ		レバー ●竹小町 (卵不使用) もずく ◇油揚げ	精白米 もちきび 白ゴマ	切干大根 かんぴょう 人参 パナ ナ 糸こんにやく ブロッコリー レタス 玉ねぎ
13	冷やし中華 パンブキンサラダ みそ汁 ネーブル				米せんべい	いなり寿司		29	黒米ごはん 豚肉のみそ焼き① こんにやくのソテー ポテトの甘辛揚げ すまし汁 ネーブル				米せんべい	玄米フレークスナック		豚肩ロース 鶏ささみ わかめ ◇豆腐	精白米 黒米 強化米 じゃが芋	◎中華め ん すりごま じゃが芋
14	★★お弁当★★ 塩ちんすこう				バナナ	塩ちんすこう		30	ひじきごはん きゅうりの中華風 ゆし豆腐汁 ネーブル				***	スティックパン		鶏もも肉 干ひじき ◇油揚げ ゆし豆腐	精白米	Hコーン缶 かぼちゃ へちま ネーブル
15	マージンごはん 魚と野菜の甘酢あんかけ ひじきのフレンチあえ みそ汁 バナナ				米せんべい	芋ケーキ		★	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。 ★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。 ★ 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。									

