



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5年 2月

愛心こども園

★ 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)栄養士 野原正子

日曜	献立名	アレルギー			おやつ			おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルギー			おやつ			おもな材料(昼食)								
		●	★	▲	卵	乳	小麦	大豆	午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)			赤	黄	緑	●	★	▲	卵	乳	小麦	大豆	赤	黄	緑		
水	ごはん 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリー マカロニサラダ添え みそ汁 タンカン							米せんべい	玄米フレークスナック	豚肩ロース 竹小町 ツナ缶 油揚げ わかめ	精白米 強化米 マカロニ	赤ピーマン 玉ねぎ 人参りんご ブロッコリー もやし きゅうり 大根 ねぎ タンカン	15	ロールパン 豆腐ナゲット 温サラダ 鶏と野菜の豆乳スープ バナナ								米せんべい	豆腐 鶏ひき肉 干ひじき 卵 鶏ささみ 調製豆乳	ロールパン	玉ねぎ 人参 ねぎ ブロッコリー キャベツ かぼちゃ Hコーン缶 白菜 玉ねぎ えのきたけ バナナ		
木	黒米ごはん 揚げ魚のケチャップあん 切干大根のイリチー ブロッコリーのゴマあえ もずくスープ りんご							バナナ	人参ケーキ	白身魚 鶏ささみ もずく 絹ごし豆腐	精白米 黒米 強化米 ごま	切干大根 かんぴょう 人参 ねぎ 糸こんにゃく 小松菜 ブロッコリー えのきたけ りんご	16	ごはん 白身魚のパン粉焼き 切干大根のイリチー くずきりの甘酢あえ すまし汁 パイン缶									りんご	白身魚 豚肉 わかめ ハム 豆腐	精白米 くずきり	切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく きゅうり えのきたけ ほうれん草 パイン缶	
金	ドライカレー コーンサラダ 白菜スープ ヨーグルトサラダ							米せんべい	恵方巻き	豚ひき肉 わかめ ベーコン	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン トマト缶 Hコーン缶 キャベツ きゅうり バナナ みかん 缶	17	ごはん 豚大根のみそ煮 スティックきゅうり みそ汁 りんご										米せんべい	豚肩ロース ハム 油揚げ わかめ	精白米 黒米 強化米 春雨 じゃが芋 白ゴマ	大根 人参 糸こんにゃく もやし きゅうり 人参 ニラ りんご
土	鶏肉の照り焼き丼 スティックきゅうり ゆし豆腐汁 タンカン							くろ棒		鶏もも肉 ゆし豆腐	精白米 強化米	人参 さやいんげん きゅうり ねぎ タンカン	18	マージンごはん 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 コーンスープ タンカン									はちや棒	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米 もちきび	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ 白菜 きゅうり コーン缶 タンカン	
月	マージンごはん 豚肉のみそ焼き かぼちゃのそぼろ煮 ひじきのフレンチあえ そうめん汁 タンカン							米せんべい	さつま芋の蒸しパン	豚もも肉 豚ひき肉 干ひじき ハム	精白米 強化米 もちきび そうめん	赤ピーマン 玉ねぎ サラダ菜 かぼちゃ きゅうり Hコーン缶 ねぎ タンカン	20	のりごはん 肉じゃが ブロッコリーとトマトのごまあえ 春雨スープ タンカン									米せんべい	豚肉 鶏ささみ 絹ごし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋 練りごま 春雨	糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 GP しめじ ブロッコリー トマト 白菜 たけのこ タンカン	
火	ごはん 鮭のポテト焼き 五目きんぴら ブロッコリー みそ汁 りんご							バナナ	ヨーグルト入りスコーン	鮭 鶏もも肉 竹小町 豆腐 わかめ	精白米 強化米 マッシュポテト 炒りごま	Cコーン缶 ごぼう 人参 糸こんにゃく 干しいたけ ブロッコリー 大根 ねぎ りんご	21	スパゲティナポリタン ポイルウィンナー フライドポテト レタスのスープ バナナ									りんご	豚ひき肉 ウィンナー わかめ 絹ごし豆腐	スパゲティ じゃが芋 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス 玉ねぎ バナナ	
水	マージンごはん レバーフライ (添え)粉ふき芋 野菜チャンプルー すまし汁 パイン缶							米せんべい	コーンマヨトースト	豚レバー 豆腐 豚肩ロース もずく	精白米 強化米 もちきび じゃが芋	キャベツ 人参 もやし Hコーン缶 ニラ ねぎ たけのこ えのきたけ パイン缶	22	ごはん 納豆みそ 揚げ魚のケチャップあん きんぴらごぼう みそ汁 パイン缶									米せんべい	ひきわり納豆 白身魚 鶏ささみ 油揚げ	精白米 強化米 白ゴマ	ねぎ ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ 大根 ほんしめじ ほうれん草 パイン缶	
木	沖縄そば ほうれん草のゴマあえ スティックきゅうり バナナ							りんご	ゆかりおにぎり	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	沖縄そば 白すりごま	刻み昆布 ねぎ ほうれん草 人参 きゅうり バナナ	24	もずくどんぶり かぼちゃのコロコロ揚げ スティックきゅうり みそ汁 タンカン									米せんべい	もずく(塩抜き) 豚ひき肉 豆腐 調製豆乳	精白米 強化米	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 かぼちゃ きゅうり 白菜 ねぎ タンカン	
金	★★お弁当会★★							米せんべい	ヨーグルトプレート				25	クファジュシー ブロッコリー 豚汁 タンカン								米せんべい	ツナ缶 豚肉	精白米 強化米	人参 干しいたけ ニラ ブロッコリー 大根 ねぎ タンカン		
月	マージンごはん 鶏のから揚げ フライドポテト 拌三絲(パンサンズー) 中華スープ りんご							米せんべい	お麩ラスク	鶏もも肉 ハム	精白米 強化米 もちきび じゃが芋 春雨	人参 きゅうり チンゲン菜 長ねぎ Hコーン缶 りんご	27	黒米ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 春雨の中華炒め ゴマじゃが 魚のみそ汁 タンカン										米せんべい	鶏もも肉 竹小町 白身魚	精白米 黒米 強化米 春雨 じゃが芋 白すりごま 白ゴマ	たけのこ 人参 キャベツ しめじ さやいんげん ブロッコリー 大根 ねぎ タンカン
火	豚肉ビビンバ 芋とひじきのサラダ みそ汁 タンカン							りんご	ココアケーキ	豚もも肉 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米 白ゴマ さつま芋	Hコーン缶 チンゲン菜 もやし 人参 白菜 ねぎ タンカン	28	マージンごはん 豚肉のゴマ焼き もやしのカレー炒め マカロニサラダ もずくスープ バナナ										バナナ	豚もも肉 ベーコン もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米 もちきび 黒ゴマ マカロニ	もやし 人参 桃缶 ピーマン ニンジン りんご ねぎ レーズン きゅうり たけのこ 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、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。



★ 「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。

