



幼児食こんだて

令和4年

仲井真こども園

*** 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、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。



★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		あか	きいろ	みどり			卵	乳	小麦		あか	きいろ	みどり
4	キーマカレー コーンサラダ QBBチーズ わかめスープ りんご	★	▲		芋と人参の蒸しパン ▲	鶏ひき肉 ハム チーズ 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 トマト缶 キャベツ きゅうり りんご	19	麦ごはん さばのみそ焼き ほうれん草のソテー スライストマト そうめん汁 パイン缶		▲		チョコチップマフィン ★▲	さば(生)	精白米 強化米 そうめん	ほうれん草 もやし コーン缶 トマト パイン缶
5	黒米ごはん 西京焼き 昆布イリチー 蒸しブロッコリー 中身の吸い物 いちご				サーターアンダギー ●★▲	白身魚 豚三枚肉 豚中身	精白米 黒米 強化米	刻み昆布 かんぴょう 糸こんにゃく ブロッコリー 干しいたけ 人参 いちご	20	麦ごはん レバーフライ きんぴらごぼう 白菜とわかめのみそ汁 バナナ		▲	★▲	お麩ラスク ★▲	豚レバー 竹小町	精白米 強化米 麩	ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ しめじ 白菜 わかめ
6	マージンごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 スライストマト 白菜のみそ汁 パイン缶				◇ コーンフレーククッキー ★▲	豚肉 干ひじき 竹小町 油揚げ わかめ	精白米 強化米 もちきび	玉ねぎ 赤ピーマン 人参 白菜 糸こんにゃく ニラ トマト パイン缶	21	マージンごはん 白身魚のカレー風味 人参シリシリ もずくスープ みかん				ツナマヨ-toast ★▲	白身魚 スバム缶 ツナ缶 もずく	精白米 強化米 もちきび	人参 ブロッコリー もやし えのきたけ みかん
7	七草ごはん 魚の照り焼き かぼちゃの煮物 豚汁 みかん				せんべい ★▲	ツナ缶 白身魚 豚肉	精白米 強化米	赤ピーマン かぼちゃ しめじ 大根 干しいたけ 昆布 みかん	22	鶏肉丼 レタスのスープ 桃缶				鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ たけのこ 人参 みつば 干しいたけ レタス 桃缶	
8	麦ごはん 麻婆豆腐 チンゲン菜と茸のスープ 桃缶		▲	◇	はちや棒	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ チンゲン菜 干しいたけ ニラ 桃缶	24	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 りんご		★▲		鶏もも肉 わかめ	さつまいも 精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン ブロッコリー トマト りんご	
11	マージンごはん 鶏肉の香味焼き 切干大根のイリチー なめこ汁 バナナ			◇	蒸し芋	鶏もも肉 ツナ缶 絹ごし豆腐	精白米 強化米 もちきび	青しそ 人参 切干大根 かんぴょう 糸こんにゃく なめこ バナナ	25	麦ごはん 鮭のもみじ焼き ひじきの五目煮 蒸しとうもろこし なめこ汁 みかん		▲	◇	鮭 干ひじき 竹小町 油揚げ 絹ごし豆腐	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ とうもろこし なめこ みかん	
12	麦ごはん さんまのかば焼き 春雨の中華炒め 蒸しとうもろこし みかん えのきたけのみそ汁		▲	◇	バナナケーキ ★▲	さんま開き 豚もも肉 わかめ	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 とうもろこし えのきたけ ねぎ みかん	26	麦ごはん 鶏肉のさっぱり焼き 麩と野菜の炒め 冬瓜と椎茸のみそ汁 パイン缶		▲	●▲	鶏もも肉 卵 竹小町	精白米 強化米 麩	キャベツ 人参 もやし ニラ とうがん 干しいたけ パイン缶	
13	お弁当会				◇				27	麦ごはん 魚の竜田揚げ ほうれん草のソテー 春雨の甘酢あえ パナナ 大根と油揚げのみそ汁		▲	◇	白身魚 わかめ ハム 油揚げ 粉チーズ	精白米 強化米 春雨	ほうれん草 もやし コーン缶 きゅうり 大根 ねぎ バナナ	
14	ロールパン ハンバーグ マカロニサラダ ミネストローネ パイン缶	●★▲	▲	▲	黒糖アガラサー ▲	豚ひき肉 牛ひき肉 ツナ缶 ベーコン	ロールパン マカロニ じゃが芋	玉ねぎ 人参 パイン缶 きゅうり キャベツ トマト缶 パイン缶	28	豚肉ビビンバ 芋とひじきのサラダ 筍と茸のすまし汁 りんご				豚肉 干ひじき	精白米 強化米 さつまいも	コーン缶 ほうれん草 もやし 人参 たけのこ 干しいたけ ねぎ りんご	
15	麦ごはん ホワイトシチュー 小松菜とコーンのスープ みかん	★	▲	◇	ビスケット ★▲	鶏もも肉	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ ブロッコリー 小松菜 コーン缶 みかん	29	焼きそば ゆし豆腐汁 パイン缶			◇	豚肩ロース ゆし豆腐	焼きそば 麩	玉ねぎ キャベツ 人参 パイン缶	
17	肉みそスパゲティ パンプキンサラダ 筍とえのきのすまし汁 りんご		▲		しらすおにぎり	豚ひき肉 しらす干し	スパゲティ じゃが芋 精白米 強化米	GP 人参 玉ねぎ もやし かぼちゃ たけのこ えのきたけ りんご	31	沖縄そば れんこんサラダ かぼちゃ天ぷら いちご	●★▲	▲		豚三枚肉 丸かまぼこ	沖縄そば 精白米 強化米 むきごま	刻み昆布 れんこん キャベツ きゅうり 人参 コーン かぼちゃ いちご	
18	カレーピラフ 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリー炒め コーンスープ いちご				きなこクッキー ★▲◇	鶏もも肉	精白米 強化米	人参 GP ブロッコリー キャベツ 玉ねぎ コーン缶 白菜 いちご	<p>★ 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。</p> <p>★ 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。</p> <p>★ 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。</p> <p>★ 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食材を替える場合があります。</p>								

