

幼児食こんだて表

令和8年1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。



(作成者)管理栄養士 高橋奈那

日 曜	献立名	アレルゲン ●★▲△ 牛乳 小豆 小麦 大豆 卵 豆腐	おやつ			献立名	アレルゲン ●★▲△ 牛乳 小豆 小麦 大豆 卵 豆腐	おやつ			おもな材料(昼食)			
			おもな材料(昼食)					おやつ						
			午前 2歳児未満	あか	きいろ	みどり		午後 (1~5歳児)	血や肉・骨となる 熱や力となる 体の調子をよくする	午後 (1~5歳児)	あか	きいろ	みどり	
5 月	キーマカレー コーンサラダ わかめスープ ネーブル	★▲ ★	クラッカー	鶏ひき肉 ハム わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ GP ピーマン トマト缶 キャベツ きゅうり Hコーン缶 ネーブル	20 火	ごはん(強化米入り) すり身揚げ 豚肉とごぼうの炒め煮 大根と油揚げのみそ汁 いちご	●▲ ●	クラッcker	魚すり身 豚肉 油揚げ	精白米 強化米 ニラ	玉ねぎ ニラ ごぼう 人参 糸こんにゃく さやいんげん 大根 ねぎ いちご	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			オートミールクッキー ★▲ 保育乳	★▲ 保育乳	精白米 強化米	キャベツ 玉ねぎ 人参 たけのこ 干しいたけ ねぎ いちご	21 水	ごはん(強化米入り) 肉みそ豆腐 かぼちゃの煮物 切干大根のママヨサラダ うどん汁 みかん	◆	マシュマロサンド ★▲ 保育乳	厚揚げ 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米 茹うどん	玉ねぎ かぼちゃ 切干大根 人参 きゅうり みかん	
6 火	ごはん(強化米入り) 鶏肉のゴマ焼き 野菜のみそ炒め 筍と茸のすまし汁 いちご	Caウエハース お麩ラスク(ココア) ★▲ 保育乳	Caウエハース	鶏もも肉 豚肉	精白米 強化米	キャベツ 玉ねぎ 人参 たけのこ 干しいたけ ねぎ いちご	22 木	ごはん(強化米入り) 肉みそ豆腐 かぼちゃの煮物 切干大根のママヨサラダ うどん汁 みかん	◆	Caウエハース 塩ちんすこと ▲ 保育乳	厚揚げ 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米 茹うどん	玉ねぎ かぼちゃ 切干大根 人参 きゅうり みかん	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			チーズ	スパム缶 白身魚 豚肉 カマボコ	精白米 強化米	赤ピーマン 切干大根 人参 糸こんにゃく さやいんげん 干しいたけ 大根	23 金	ごはん(強化米入り) 油淋鶏 野菜チャンプルー 春雨スープ パイン缶	◆	チーズ はちみつレモンマフィン ★▲ 苺ミルクヨーグルト	チーズ 鶏もも肉 豆腐 豚肉	精白米 強化米 春雨	長ねぎ キャベツ 人参 もやし 白菜 たけのこ パイン缶	
7 水	七草ごはん 魚の竜田揚げ 切干大根のイリチー イナムドウチ バナナ	● ◆	Feウエハース ●★▲ レアチーズケーキ	Caビスケット	かぼちゃの蒸しパン ★▲ 保育乳	★★	24 土	ごはん(強化米入り) 魚のバーベキューソース ほうれん草のソテー 冬瓜と椎茸のすまし汁 バナナ	◆	Caビスケット ミートカレートースト ★▲ 保育乳	白身魚 ツナ缶 豚ひき肉	精白米 強化米	ほうれん草 もしや 冬瓜 干しいたけ バナナ 玉ねぎ ピーマン	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	はちや棒 保育乳	鮭 鶏もも肉 ツナ缶	精白米 強化米 ロールパン	25 日	ブルコギ丼 小松菜とコーンのスープ 桃缶	◆	★★★ ビスケット ★▲ 保育乳	豚肉	精白米 強化米 ごま	玉ねぎ 人参 ピーマン 干しいたけ 小松菜 Hコーン缶 桃缶	
8 木	お弁当会	★★★	Caせんべい 卵とツナサンド ●★▲ 保育乳	Caせんべい 卵とツナサンド ●★▲ 保育乳	はちや棒 保育乳	もずく 豚ひき肉 乾燥わかめ	26 月	冬野菜カレー コールスローサラダ わかめスープ りんご	★▲ ★	Caウエハース チョコスコーン ★▲ 保育乳	鶏もも肉 ハム わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ れんこん ごぼう キャベツ きゅうり みかん缶 りんご	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	梅じやこおにぎり 野菜ジュース	Caビスケット	豚肉 干ひじき 鶏ささみ しらす	27 火	ごはん(強化米入り) きびなごの磯辺揚げ 人参シリシリ 豆腐と大根のみそ汁 バナナ	◆	Caビスケット ヨーグルトケーキ ★▲ 保育乳	きびなご スパム缶 ツナ缶 豆腐	精白米 強化米	人参 ブロッコリー もしや 大根 バナナ	
9 金	ごはん(強化米入り) 鮭のみぞマヨ焼き 五目きんぴら ほうれん草とえのきのすまし汁 みかん	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	28 水	ゆし豆腐そば パンパンジーサラダ ネーブル	●▲◆	バナナ フライドポテト ★型抜きチーズ 牛乳	豚三枚肉 ゆし豆腐 かまぼこ 鶏ささみ 型抜きチーズ	沖縄そば ごま ねり じゃが芋	バナナ もしや きゅうり 人参 しようが ネーブル	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	メロンパン風トースト ★▲ 保育乳	★★★	★★★	29 木	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	チーズ コーンフレークッキー ★▲ 保育乳	チーズ 鮭 干ひじき 竹小町 豚揚げ 豚ひき肉	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ えのきたけ ほうれん草 いちご	
10 土	もずくどんぶり 大根とわかめのみそ汁 パイン缶	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	30 金	ロールパン 豚カツ マセドンサラダ ミネストローネ みかん	★▲ ●★▲ ★ ★	Caせんべい かしわおにぎり ▲ 保育乳	豚ヒレ肉 ハム ベーコン 鶏もも肉	ロールパン さつま芋	きゅうり 人参 玉ねぎ キャベツ 玉ねぎ カットトマト みかん	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	パン ちんぴん ▲ 保育乳	★★★	★★★	31 土	中華丼 大根とわかめのすまし汁 パイン缶	◆	★★★ オーツ麦クラッカー ★△ 保育乳	豚もも肉 わかめ	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 大根 干しいたけ パイン缶	
11 月	ごはん(強化米入り) さばのゴマだれ焼き 春雨の中華炒め なめこ汁 パイン缶	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	32 日	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	ぱぱたぱた焼き ▲ 保育乳	★★★	★★★	33 月	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	チーズ コーンフレークッキー ★▲ 保育乳	チーズ 鮭 干ひじき 竹小町 豚揚げ 豚ひき肉	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ えのきたけ ほうれん草 いちご	
12 火	豚肉のあんかけ丼 ほうれん草と茸のスープ みかん	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	34 水	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	チーズ コーンフレークッキー ★▲ 保育乳	チーズ 鮭 干ひじき 竹小町 豚揚げ 豚ひき肉	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ えのきたけ ほうれん草 いちご	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	Caせんべい スイートポテト ★▲ 保育乳	★★★	★★★	35 木	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	チーズ コーンフレークッキー ★▲ 保育乳	チーズ 鮭 干ひじき 竹小町 豚揚げ 豚ひき肉	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ えのきたけ ほうれん草 いちご	
13 火	五目ラーメン ひじきのフレンチ和え りんご	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	36 金	ごはん(強化米入り) きびなごの磯辺揚げ 人参シリシリ 豆腐と大根のみそ汁 バナナ	◆	Caビスケット ヨーグルトケーキ ★▲ 保育乳	きびなご スパム缶 ツナ缶 豆腐	精白米 強化米	人参 ブロッコリー もしや 大根 バナナ	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	野菜ジュース	★★★	★★★	37 土	ごはん(強化米入り) きびなごの磯辺揚げ 人参シリシリ 豆腐と大根のみそ汁 バナナ	◆	Caビスケット ヨーグルトケーキ ★▲ 保育乳	きびなご スパム缶 ツナ缶 豆腐	精白米 強化米	人参 ブロッコリー もしや 大根 バナナ	
14 水	ごはん(強化米入り) 魚のコーンマヨ焼き こんにゃくのソテー 豆腐とわかめのすまし汁 バナナ	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	38 日	ゆし豆腐そば パンパンジーサラダ ネーブル	●▲◆	バナナ フライドポテト ★型抜きチーズ 牛乳	豚三枚肉 ゆし豆腐 かまぼこ 鶏ささみ 型抜きチーズ	沖縄そば ごま ねり じゃが芋	バナナ もしや きゅうり 人参 しようが ネーブル	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	クラッcker メロンパン風トースト ★▲ 保育乳	★★★	★★★	39 月	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	チーズ コーンフレークッキー ★▲ 保育乳	チーズ 鮭 干ひじき 竹小町 豚揚げ 豚ひき肉	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ えのきたけ ほうれん草 いちご	
15 木	ごはん(強化米入り) タンドリーチキン プロッコリー炒め コーンスープ みかん	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	40 火	ロールパン 豚カツ マセドンサラダ ミネストローネ みかん	★▲ ●★▲ ★ ★	Caせんべい かしわおにぎり ▲ 保育乳	豚ヒレ肉 ハム ベーコン 鶏もも肉	ロールパン さつま芋	きゅうり 人参 玉ねぎ キャベツ 玉ねぎ カットトマト みかん	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	パン ちんぴん ▲ 保育乳	★★★	★★★	41 水	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	チーズ コーンフレークッキー ★▲ 保育乳	チーズ 鮭 干ひじき 竹小町 豚揚げ 豚ひき肉	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ えのきたけ ほうれん草 いちご	
16 金	ごはん(強化米入り) さばのゴマだれ焼き 春雨の中華炒め なめこ汁 パイン缶	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	42 木	ロールパン 豚カツ マセドンサラダ ミネストローネ みかん	★▲ ●★▲ ★ ★	Caせんべい かしわおにぎり ▲ 保育乳	豚ヒレ肉 ハム ベーコン 鶏もも肉	ロールパン さつま芋	きゅうり 人参 玉ねぎ キャベツ 玉ねぎ カットトマト みかん	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	★★★	★★★	★★★	43 金	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	チーズ コーンフレークッキー ★▲ 保育乳	チーズ 鮭 干ひじき 竹小町 豚揚げ 豚ひき肉	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ えのきたけ ほうれん草 いちご	
17 土	豚肉のあんかけ丼 ほうれん草と茸のスープ みかん	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	44 日	中華丼 大根とわかめのすまし汁 パイン缶	◆	★★★ オーツ麦クラッcker ★△ 保育乳	豚もも肉 わかめ	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 大根 干しいたけ パイン缶	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	ぱぱたぱた焼き ▲ 保育乳	★★★	★★★	45 月	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	★★★ オーツ麦クラッcker ★△ 保育乳	豚もも肉 わかめ	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 大根 干しいたけ パイン缶	
18 火	豚肉ビビンバ 野菜のごまみそサラダ もずくスープ ネーブル	●★ ●	★★★	★★★	★★★	★★★	46 火	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	★★★	★★★	★★★	47 水	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	★★★ オーツ麦クラッcker ★△ 保育乳	豚もも肉 わかめ	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 大根 干しいたけ パイン缶	
19 木	ごはん(強化米入り) さばのゴマだれ焼き 春雨の中華炒め なめこ汁 パイン缶	●★ ●	★★★	★★★	★★★	★★★	48 木	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	★★★ オーツ麦クラッcker ★△ 保育乳	豚もも肉 わかめ	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 大根 干しいたけ パイン缶	(作成者)管理栄養士 高橋奈那
			★★★	★★★	★★★	★★★	49 金	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 いちご	◆	★★★ オーツ麦クラッcker ★△ 保育乳	豚もも肉 わかめ	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 大根 干しいたけ パイン缶	

★ 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。

