

令和7年 7月 第2愛心こども園

幼児食 こんだて表

◇◇ 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	アレルギー ●★▲◇ 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)			日曜	献立名	アレルギー ●★▲◇ 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 よくなる					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 よくなる	
火	ごはん(強化米入り) チキンから揚げ(おろしポン酢) 野菜チャンプルー なめこ汁 バナナ	◇	クラッカー お麩ラスク ▲ 保育乳	鶏もも肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米 麩	大根 キャベツ 人参 ニラ もやし なめこ バナナ	水	ごはん(強化米入り) タンドリーチキン ほうれん草のソテー 春雨サラダ スイカ トマトとえのきのスープ	★ ◇	Ca ウエハース ちんぴん ▲ 保育乳	鶏もも肉 ツナ缶 ハム ベーコン	精白米 強化米 春雨	玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 きゅうり えのきたけ カットトマト缶 スイカ	
	ごはん(強化米入り) 魚のコーンマヨ焼き 大根のきんぴら炒め 春雨スープ スイカ	★▲ ◇	さつま芋もち 保育乳	白身魚 粉チーズ 竹小町 豚もも肉	精白米 強化米 春雨 さつま芋	コーン缶 玉ねぎ ニラ 大根 人参 糸こんにゃく キャベツ スイカ		ごはん(強化米・のり佃煮) すり身揚げ 人参シリシリ かぼちゃの煮物 豚汁 メロン	◇	Caせんべい 紅茶マフィン ▲ 保育乳	魚すり身 豚肉	精白米 強化米	玉ねぎ ニラ 人参 ブロッコリー もやし 茸 かぼちゃ 大根 昆布 メロン	
	じゃこ入り梅ごはん 肉じゃが ひじきのフレンチ和え 豆腐とオクラのみそ汁 パイナップル	◇	Caせんべい チーズクッキー ★▲ 保育乳	しらす 豚肉 干ひじき 竹小町 豆腐 粉チーズ	精白米 強化米 じゃが芋	青しそ 糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 GP きゅうり オクラ 茸 パイナップル		タコライス もずくとオクラの酢の物 コーンスープ フルーツヨーグルト	★ ★	クラッカー シナモントースト ★▲ 保育乳	豚ひき肉	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 レタス トマト もずく オクラ 白菜 果物	
	ごはん(強化米入り) 揚げ魚のケチャップあん ゴーヤーチャンプルー 大根と椎茸のみそ汁 ネーブル	◇	Ca ウエハース フレンチトースト ●★▲ 保育乳	白身魚 ◇豆腐 スパム缶(卵 不使用)	精白米 強化米	にがうり もやし 玉ねぎ しめじ 大根 人参 干しいたけ ネーブル		スタミナ丼 なすと油揚げのみそ汁 ネーブル	◇	*** はちや棒 保育乳	豚肩ロース 油揚げ わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ ごぼう 人参 干しいたけ ニラ なす ネーブル	
	ごはん(強化米入り) 麻婆なす 小松菜とわかめのスープ 桃缶	◇	*** ビスケット ★▲ 保育乳	豚ひき肉 乾燥わかめ	精白米 強化米	なす 玉ねぎ 人参 小松菜 桃缶		夏野菜カレー ブロッコリーとトマトのごまあえ わかめスープ ネーブル	★▲	Caビスケット 豆腐ドーナツ ★▲◇ 保育乳	鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ へちま 人参 なす ピーマン ブロッコリー トマト ネーブル	
月	七夕冷やしそうめん 肉団子の甘酢あん 星のコロッケ 蒸しとうもろこし ネーブル	●▲ ◇	クラッカー チョコチップスコーン ★▲ 天の川ゼリー	鶏ささみ 豆腐 豚ひき肉	そうめん	オクラ トマト 玉ねぎ とうもろこし ネーブル	水	ごはん(強化米入り) 鮭のもみじ焼き ひじきの五目煮 へちまと豆腐のみそ汁 メロン	◇ ◇	チーズ コーンフレーククッキー ▲◇ 保育乳	チーズ 鮭 干ひじき 竹小町 油揚げ 豆腐	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ へちま メロン	
	ごはん(強化米入り) 魚の照り焼き 野菜そばろのカレー風味炒め かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 バナナ	◇	Ca ウエハース 黒糖アガラサー ★▲ 保育乳	白身魚 豚ひき肉	精白米 強化米	もやし 糸こんにゃく 人参 わかめ さやいんげん かぼちゃ 玉ねぎ		ロールパン ハンバーグ マカロニサラダ ミニウインナ ミネストローネ バナナ 楽しい!! バイキング!!	●★▲ ★▲ ★▲ ★	クラッカー 鮭チーズおにぎり ★ 保育乳	豚ひき肉 牛ひき肉 ロースハム ツナ缶 ベーコン	ロールパン マカロニ	玉ねぎ きゅうり キャベツ 人参 玉ねぎ カットトマト缶 果物	
	ごはん(強化米入り) ハンバーグ 昆布イリチー ほうれん草の白あえ 冬瓜と椎茸のみそ汁 スイカ	★▲ ◇	バナナ ぼたぼた焼き ▲ ココアムース	豚ひき肉 牛ひき肉 豚三枚肉 豆腐	精白米 強化米 ぼたぼた焼 き	刻み昆布 かんぴょう 人参 冬瓜 糸こんにゃく ほうれん草 干しいたけ スイカ		ごはん(強化米入り) ホイコーロー きゅうりとささみの甘酢和え フライドポテト(チーズ味) もずくスープ スイカ	★	Ca ウエハース Feウエハース ●★▲ アイスクリーム	豚肩ロース 鶏ささみ 粉チーズ もずく	精白米 強化米 じゃが芋	キャベツ ピーマン 人参 ニラ きゅうり たけのこ スイカ	
	お弁当会	●★▲ ●	チーズ レモンケーキ ★▲ 保育乳					お弁当会	●★▲ ●	*** Caせんべい ▲◇ 保育乳				
	ごはん(強化米入り) 鮭のレモンソースがけ ベーコンポテト ほうれん草とえのきのすまし汁 メロン	★	Caせんべい ジャムサンド ★▲ 保育乳	鮭 ベーコン	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草 えのきたけ メロン		三色丼 ちくわと野菜チーズサラダ なめこ汁 ネーブル	● ★ ◇	Ca ウエハース ココアメロンパン ★▲ 保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 竹小町 絹ごし豆腐	精白米 強化米	大根の葉 きゅうり キャベツ Hコーン缶 なめこ ネーブル	
土	豚肉のあんかけ丼 ゆし豆腐汁 桃缶	◇	*** 豆乳ウエハース ★▲◇ 保育乳	豚肩ロース ゆし豆腐	強化米 精白米 豆乳ウエ ハース	干しいたけ 玉ねぎ 人参 キャベツ 桃缶	火	ごはん(強化米入り) 西京焼き こんにゃくのソテー とうがん汁 メロン	◇	クラッカー コーンブレッド ★▲ 保育乳	白身魚 豚肩ロース わかめ	精白米 強化米 ◎HKミック ス粉	糸こんにゃく 人参 小松菜 とうがん メロン Hコーン缶	
	スパゲティミートソース キャベツとトマトのサラダ 白菜とベーコンのスープ ネーブル	★▲ ★	Caビスケット ツナおにぎり 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ ベーコン ツナ缶	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 キャベツ きゅうり トマト みかん缶 白菜		冷やし中華 豆腐と野菜のかき揚げ スイカ	●▲ ◇	*** ポークカレーおにぎり ★▲ 保育乳	ハム 豆腐 竹小町 鶏ささみ	中華麺	きゅうり 玉ねぎ 人参 トマト 干しいたけ かぼちゃ スイカ	
	ごはん(強化米入り) さばのみそ焼き しゃきしゃき炒め そうめん汁 パイナップル	▲	チーズ 塩ちんすこう ▲ 野菜ジュース	チーズ さば 豚肉 竹小町	精白米 強化米 そうめん	糸こんにゃく もやし ごぼう 人参 パイナップル		ごはん(強化米入り) チキンから揚げ(タルタルソー 八宝菜 中華風スープ バナナ	●★▲	Caせんべい あんバターサンド ★▲ 保育乳	鶏もも肉 卵 豚もも肉 乾燥わかめ	精白米 強化米 ロールパン	玉ねぎ ビクルス たけのこ 人参 茸 小松菜 バナナ	