



◇◇ 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 6月

仲井真こども園

★ 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	アレルゲン			おやつ	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルゲン			おやつ	おもな材料(昼食)												
		●	★	▲		◇	あか	きいろ			みどり	●	★		▲	◇	あか	きいろ	みどり								
		卵	乳	小麦	大豆	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする			卵	乳	小麦	大豆	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする			卵	乳	小麦	大豆	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする	
1	マージンごはん 揚げ鶏のケチャップあん 蒸しかぼちゃ 切干大根のゴマ酢あえ もずくスープ りんご								木	ごはん(強化米入り) 肉じゃが ひじきのフレンチあえ スライストマト みそ汁 スイカ								ジャム入りマフィン ★▲◇									
2	へちまどんぶり(強化米) 魚の磯天ぷら トマトときゅうりの酢みそあえ ゆし豆腐汁 ネーブル								金	マージンごはん 揚げ魚のケチャップあん 八宝菜 そうめん汁 バナナ								★ココアプリン ▲◇せんべい									
3	黒米ごはん 沖縄魚煮つけ マカロニサラダ みそ汁 スイカ								土	ハヤシライス(ささみ) スティックきゅうり すまし汁 ネーブル								ぽたぽた焼き ▲									
4	鶏肉の照り焼き丼 カリカリきゅうり みそ汁 ネーブル 歯と口の健康習慣								土	豚焼肉どんぶり マカロニサラダ みそ汁 ネーブル 食育の日								ちんぴん ▲									
6	納豆ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー そうめん汁 ネーブル								月	スパゲティミートソース ポイルウィンナー マッシュポテト コーンスープ スイカ								しらすおにぎり									
7	黒米ごはん さばのみそ焼き 人参シリシリー きゅうりの中華風 春雨スープ パナナ								火	黒米ごはん 魚と野菜の甘酢あんかけ ごまかぼちゃ みそ汁 ネーブル								シナモントースト ★▲									
8	レタスごはん 鶏肉のさっぱり煮 炒り豆腐 みそ汁 スイカ								水	慰霊の日 																	
9	お弁当会  人参クラッカー								金	夏野菜カレー(ささみ) きゅうりのごまあえ 豆腐のすまし汁 スイカ								ゴマ風味焼き菓子 ●★▲									
10	のりごはん レバーのゴマソースがらめ きんぴらごぼう(カレー風味) コーンサラダ 魚のみそ汁 スイカ								土	もずくどんぶり キャベツのツナあえ みそ汁 ネーブル								はちや棒									
11	ごはん(強化米入り) 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 レタスのスープ ネーブル								土	ごはん 豚肉の香味焼き 春雨の中華炒め ブロッコリーのゴマあえ とうがん汁 ネーブル								ココア蒸しパン ●★▲									
13	カレーピラフ 豚肉のマーマレード焼き ほうれん草炒め みそ汁 ネーブル								月	黒米ごはん 厚揚げのきのこソース 切干大根のイリチー トマト みそ汁 スイカ								わかめおにぎり ▲									
14	ロールパン かぼちゃのミートグラタン コーンサラダ 豆乳スープ バナナ								火	マージンごはん 魚の竜田揚げ こんにゃくのソテー 芋とひじきのサラダ レタスのスープ パイン								ヨーグルト入リスコーン ★▲									
15	黒米ごはん 鮭のパン粉焼き ゴーヤーチャンプルー もずくの酢物 みそ汁								水	タコライス かみかみごぼう キャベツとコーンのスープ バナナ								★カルピスゼリー ▲せんべい									

★ 午後のおやつは、アレルギー対応食材を使用したり、食材、形状が異なったおやつになる場合があります。

