

7月

幼児食こんだて

令和3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。
- 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。



★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		大豆	あか	きいろ			みどり	卵	乳		小麦	大豆	あか	きいろ	みどり
1木	麦ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 春雨の中華炒め スライストマト ネーブル チンゲン菜と茸のスープ				▲	お麩ラスク ▲	鶏肉 豚肉	精白米 強化米 強化麦 春雨 麩	たけのこ キャベツ ピーマン しめじ トマト チンゲン菜 干しいたけ ネーブル	16金	マージンごはん 西京焼き かぼちゃの煮物 スライストマト 沢煮椀 メロン				▲	揚げパン ●★◇	白身魚 豚肉	精白米 強化米 もちきび	かぼちゃ しめじ トマト えのきたけ 人参 ごぼう たけのこ 干しいたけ ねぎ メロン
2金	麦ごはん 魚の照り焼き 昆布イリチー ブロッコリー メロン へちまと豆腐のみそ汁				▲	シナモントースト ★▲	白身魚 豚三枚肉 豆腐	精白米 強化米 強化麦	刻み昆布 かんぴょう 人参 へちま 糸こんにゃく ブロッコリー メロン	17土	麻婆豆腐 チンゲン菜とコーンのスープ 桃缶				◇	ビスケット ★▲	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米 強化麦	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ パナナ チンゲン菜 コーン缶 桃缶
3土	スタミナ丼 ほうれん草とえのきのすまし汁 りんご					はちやぐみ	豚肉	精白米 強化米	玉ねぎ ごぼう 人参 ニラ 干しいたけ ほうれん草 えのきたけ りんご	19月	麦ごはん 揚げ魚のケチャップあん ゴーヤーチャンプルー くずきりの甘酢あえ パイン缶 筍とえのきのみそ汁				▲	いなり寿司 ●★▲◇ りんごジュース	白身魚 豆腐 竹小町 わかめ ハム	精白米 強化米 強化麦 くずきり	にがうり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ きゅうり たけのこ えのきたけ パイン缶
5月	タコライス コーンサラダ わかめスープ スイカ	★				黒糖アガラサー ▲	豚ひき肉 ハム わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 レタス トマト キャベツ きゅうり コーン缶 スイカ	20火	スパゲティミートソース 芋とひじきのサラダ コーンスープ ネーブル				★▲	レモンケーキ ◇	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ 干ひじき	スパゲティ さつま芋 粉チーズ 精白米 強化米	人参 白菜 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン コーン缶 ネーブル
6火	さばのみそ焼き ひじきの五目煮 とうもろこし えのきとわかめのみそ汁 ネーブル					蒸し芋		さつま芋	人参 糸こんにゃく ニラ えのきたけ ネーブル	21水	麦ごはん 豚肉のみそ焼き 切干大根のイリチー もずくの酢の物 パナナ 小松菜と茸のすまし汁				▲	チョコチップマフィン ★▲	豚もも肉 ツナ缶	精白米 強化米 強化麦	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 切干大根 糸こんにゃく きゅうり 小松菜 もずく パナナ
7水	七夕寿司 豆腐のかき揚げ 人参添え(星型) 野菜とポテト炒め そうめん汁 メロン				▲◇	七夕の日 お星様クッキー ★▲	鮭フレーク 豆腐 竹小町 ベーコン	精白米 じゃが芋 そうめん 小麦粉	コーン缶 赤ピーマン 干しいたけ 人参 オクラ ブロッコリー 玉ねぎ メロン	24土	鶏肉丼 小松菜とコーンのスープ りんご					ぼたぼた焼き ▲	鶏もも肉	精白米 強化米	玉ねぎ たけのこ 人参 みつば 干しいたけ 小松菜 コーン缶 りんご
8木	お弁当会					ホットケーキ ★▲				26月	夏野菜カレー チーズ キャベツとトマトのサラダ わかめスープ スイカ				★▲	塩ちんすこう ▲	鶏ささみ チーズ わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ へちま なす ピーマン キャベツ きゅうり みかん缶 スイカ トマト
9金	麦ごはん 鮭のもみじ焼き こんにゃくのソテー カリカリきゅうり パナナ えのきだけのみそ汁				▲	レモンラスク	鮭 豚肉	精白米 強化米 強化麦	人参 糸こんにゃく コーン缶 小松菜 きゅうり えのきたけ ねぎ パナナ	27火	マージンごはん 白身魚のカレー風味 しゃきしゃき炒め ブロッコリー パイン缶 へちまと豆腐のみそ汁				◇	Feウエハース ★▲ アイスクリーム	白身魚 豚肉 竹小町 豆腐	精白米 強化米 もちきび	糸こんにゃく もやし ごぼう 人参 ブロッコリー へちま パイン缶
10土	へちまどんぶり コーンスープ パイン缶					豆乳ウエハース ★▲◇	鶏ひき肉	精白米 強化米	人参 玉ねぎ しめじ ニラ へちま 小松菜 コーン缶 キャベツ パイン缶	28水	麦ごはん 鶏肉のさっぱり煮 八宝菜 中華風 スープ ネーブル				▲	バナナケーキ ●★▲◇	鶏もも肉 豚もも肉	精白米 強化米 強化麦	白菜 人参 たけのこ 干しいたけ コーン缶 白菜 ネーブル
12月	チキンカレー コーンサラダ チーズ とうがん汁 スイカ	★▲				メロンパン ★▲	鶏肉 ハム チーズ わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 GP 冬瓜 ピーマン キャベツ きゅうり スイカ	29木	雑穀ごはん 肉みそ豆腐 人参シリシリー とうもろこし パナナ 魚と大根のスープ				◇	大学芋	厚揚げ 豚ひき肉 竹小町 ツナ缶 白身魚	精白米 強化米 雑穀 さつま芋	玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし 大根 パナナ
13火	麦ごはん さんまのかば焼き とうがんのそぼろ煮 パナナ 切干大根のゴマ酢あえ 白菜とわかめのみそ汁				▲	芋と人参の蒸しパン ★▲◇	さんま 豚ひき肉 鶏ささみ わかめ	さつま芋 精白米 強化米	とうがん 切干大根 人参 ごぼう きゅうり 白菜 パナナ	30金	ロールパン ハンバーグ ポテトサラダ 野菜スープ メロン				●★▲ ★▲	しらすおにぎり	豚ひき肉 牛ひき肉	ロールパン じゃが芋 精白米 強化米	玉ねぎ 人参 きゅうり りんご えのき レーズン レタス メロン たけのこ 赤ピーマン
14水	麦ごはん チンジャオロース 野菜チャンプルー レタスのスープ パイン缶				▲	ヨーグルトブレッド ★▲◇	豚肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米 強化麦	ピーマン たけのこ キャベツ 人参 もやし コーン缶 ニラ レタス パイン缶	31土	焼きそば わかめスープ 桃缶				▲	はちやぐみ	豚肉 わかめ	焼きそば麺	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 桃缶
15木	麦ごはん 肉じゃが きゅうりとささみの甘酢和え ゆし豆腐汁 ネーブル				▲	くずもち ◇	豚肉 鶏ささみ ゆし豆腐	精白米 強化米 強化麦 じゃが芋	糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 GP しめじ きゅうり ネーブル	★	★ 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。 ★ 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。 ★ 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。								

