

幼児食 こんだて表

令和7年 8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。



★ 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			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）		
		●	★	▲	◇	午前 2歳児未満	午後（1～5歳児）	あか	きいろ	みどり			●	★	▲	◇	午前 2歳児未満	午後（1～5歳児）	あか	きいろ	みどり
1金	ごはん（強化米入り） 肉みそ豆腐 パパイアイリチー スティックきゅうり（塩） 沢煮椀 パナナ			◇	Ca ウエハース	厚揚げ 豚ひき肉 ツナ缶 豚肉	精白米 強化米	玉ねぎ 人 参 パパイア ニラ ごぼう きゅうり えのきたけ たけのこ ねぎ パナ	16土	もずくどんぶり 大根と油揚げのみそ汁 桃缶			◇	***	はちや棒	鶏ささみ 豚ひき肉 油揚げ	精白米 強化米	ピーマン コーン缶 大根 ねぎ 桃缶			
					くずもち ◇ 保育乳																
2土	中華丼 小松菜とコーンのスープ パイン缶				***	豚もも肉	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 茸 小松菜 コーン缶 パイン缶	18月	冷やし中華 かぼちゃの天ぷら メロン	●	▲		Caせんべい	ジュージューおにぎり	鶏ささみ 干ひじき 油揚げ	中華めん	きゅうり トマト かぼちゃ メロン			
					ビスケット ★▲ 保育乳																
4月	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 スイカ	★	▲		チーズ	チーズ 鶏ささみ 乾燥わかめ	精白米 強化米 じゃが芋 オートミール	人参 玉ねぎ へちま なす ピーマン ブロッコリー トマト アボカド スイカ	19火	ごはん（強化米入り） さばのゴマだれ焼き しゃきしゃき炒め 豆腐とわかめのみそ汁 ネーブル			◇	Ca ビスケット	チーズスコーン ★▲ 保育乳	さば 豚もも薄切り 肉 竹小町 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米	糸こんにやく もやし ごぼう 人参 ネーブル			
					オートミールクッキー ★▲ 保育乳																
5火	ごはん（強化米入り） 魚の竜田揚げ ゴーヤーチャンプルー レバー汁 ネーブル			◇	パナナ	白身魚 豆腐 スパム缶 豚肉	精白米 強化米 じゃが芋	にがうり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ 大根 干しいたけ 昆布 ネーブル	20水	ごはん（強化米入り） 揚げ鶏のレモンソースがけ 人参シリシリ トマトとえのきのスープ スイカ		★		Ca ウエハース	レモンラスク ★▲ 保育乳	鶏もも肉 スパム缶 ツナ缶 ベーコン	精白米 強化米	ブロッコリー もやし 人参 えのきたけ カットトマト缶 スイカ			
					蒸し芋 ◇ 野菜ジュース																
6水	ごはん（強化米入り） 豚肉のみそ焼き 五目きんぴら もずくスープ メロン				クラッカー	豚もも肉 鶏もも肉 竹小町 もずく	精白米 強化米	赤ピーマン 玉ねぎ ごぼう 人参 糸こんにやく 干しいたけ たけのこ メロン	21木	ごはん（強化米入り） チンジャオロース バンバンジーサラダ 中華風スープ パナナ				クラッカー	ココアマフィン ★▲ 保育乳	豚肉 鶏ささみ わかめ	精白米 強化米 ごま	ピーマン たけのこ もやし きゅうり 人参 玉ねぎ 小松菜 パナナ			
					Caせんべい ★▲ カルピスゼリー																
7木	ごはん（強化米入り） 鮭のみそマヨ焼き 昆布イリチー 蒸しブロッコリー パイン ほうれん草とえのきのすまし汁				パナナ	鮭 豚三枚肉	精白米 強化米	昆布 人参 かんぴょう 糸こんにやく ブロッコリー ほうれん草 えのきたけ パイン	22金	ごはん（強化米入り） 魚のゆず風味焼き 野菜チャンプルー 大根と椎茸のみそ汁 ネーブル			◇	パナナ	★▲ 保育乳	白身魚 豆腐	精白米 強化米	キャベツ 人参 もやし ニラ 大根 干しいたけ ねぎ ネーブル			
					きなこ蒸しパン ◇ 保育乳																
8金	ごはん（強化米入り） 鶏肉の梅しそ焼き 厚揚げと小松菜炒め そうめん汁 パナナ			◇	Caせんべい	鶏もも肉 厚揚げ ツナ缶	精白米 強化米 そうめん	玉ねぎ 青しそ 小松菜 人参 もやし パナナ	23土	鶏肉丼 白菜とわかめのすまし汁 パイン缶				***	豆乳ウエハース ★▲◇ 保育乳	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ 人 参 たけのこ みつば 干しいたけ 白菜 パイン缶			
					ツナマヨトースト ★▲ 保育乳																
9土	ガバオライス風 ほうれん草と茸のすまし汁 桃缶				***	鶏ひき肉 豚ひき肉	精白米 強化米	ピーマン コーン缶 ほうれん草 干しいたけ 桃缶	25月	カツカレー ちくわと野菜チーズサラダ わかめスープ スイカ	★	▲	★	クラッカー	ココアクッキー ★▲ 保育乳	豚ヒレ肉 竹小町 乾燥わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ GP ピーマン きゅうり キャベツ コーン缶 スイカ			
					ぼたぼた焼き ▲ 保育乳																
11月									26火	ごはん（強化米入り） 鮭の南蛮漬け ほうれん草のソテー 豆腐とえのきのすまし汁 パナナ			★	◇	チーズ 鮭 ベーコン 豆腐	精白米 強化米	玉ねぎ 人 参 青ピーマン ほうれん草 もやし えのきたけ パナナ				
12火	肉みそスパゲティ キャベツのしらす和え 白菜とベーコンのスープ ネーブル		▲	★	クラッカー	豚ひき肉 じゃこ ベーコン しらす干し	スパゲティ	玉ねぎ 人 参 えのきたけ GP 白菜 キャベツ きゅうり えのきたけ ネーブル	27水	コーンとわかめごはん 鶏肉のさっぱり焼き ブロッコリー炒め ミネストローネ パイン			★	Caせんべい	ベイクドチーズケーキ ●★▲ 保育乳	わかめ ツナ缶 鶏もも肉 ハム	精白米 強化米 じゃが芋	コーン缶 ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ 人参 カットトマト缶 パイン			
					おかか塩昆布おにぎり ◇ 保育乳																
13水	ごはん（強化米入り） 肉じゃが きゅうりとささみの梅酢和え ゆし豆腐汁 パナナ			◇	Caせんべい	豚肉 鶏ささみ ゆし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	糸こんにやく 玉ねぎ GP しめじ きゅうり パナナ	28木	ごはん（強化米入り） 魚のピザ焼き ひじきの五目煮 えのきとわかめのスープ ネーブル			◇	Caビスケット	黒糖アガラサー ▲ 保育乳	白身魚 干ひじき 竹小町 油揚げ わかめ	精白米 強化米	人参 ピーマン しめじ 糸こんにやく ニラ えのきたけ ネーブル			
					揚げパン ★▲◇ 保育乳																
14木					Caビスケット				29金	ロールパン ハンバーグ スパゲティサラダ パンブキンスープ メロン	★	▲	★	Ca ウエハース	ゆかりおにぎり	豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン	ロールパン じゃが芋	玉ねぎ きゅうり 人参 かぼちゃ メロン			
					ヨーグルトブレッド ★▲ 保育乳																
15金	タコライス 芋とひじきのサラダ 冬瓜と椎茸のすまし汁 パイン	★			Caビスケット	豚ひき肉 干ひじき	精白米 強化米 さつま芋	玉ねぎ 人 参 レタス トマト とうがん 干しいたけ パイン	30土	みそそばろ丼 大根とわかめのすまし汁 パイン缶				***	Caせんべい ★▲ 保育乳	鶏ひき肉 わかめ	精白米 強化米	キャベツ ピーマン 人参 大根 パイン缶			
					うむくじ天ぷら ◇ 保育乳																

- ★ 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。

- ★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。
- ★ 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。

