

5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。



★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			あか	きいろ	みどり					
1土	牛丼 大根のみそ汁 桃缶				◇	豆乳ウエハース ★▲◇	牛肩ロース 油揚げ	熱や力となる ごはん	玉ねぎ 糸こんにゃく 長ねぎ 人参 干しいたけ 大根 ねぎ わかめ 桃缶	19水	ロールパン ハンバーグ ポテトサラダ コーンスープ ネーブル	●★▲ ★▲			ジュシーおにぎり	豚ひき肉 牛ひき肉 鮭フレーク	ロールパン じゃが芋 精白米 強化米	玉ねぎ レタス 人参 りんご きゅうり レーズン キャベツ ネーブル	
6木	キーマカレー きゅうりの甘酢あえ QBBチーズ わかめスープ パン缶	★▲				5月5日こどもの日 ミニたいやき ▲◇	鶏ひき肉 しらす干し わかめ チーズ わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン GP ピーマン トマト缶 きゅうり みつば パン缶	20木	麦ごはん 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリ もずくの酢の物 パナナ ほうれん草と草のすまし汁		▲		ココアケーキ ★▲ 固形ヨーグルト	豚肉 竹小町 ツナ缶 もずく	さつまいも 蒸し 精白米 強化米 強化麦	玉ねぎ 赤ピーマン ブロッコリー もやし 人参 ほうれん草 干しいたけ パナナ	
7金	麦ごはん ゴーヤーの揚げ煮 ツナマヨポテト トマト イナムドゥチ ネーブル 5月8日ゴーヤーの日			▲	●★	ヨーグルトブレッド ★▲	ツナ缶 豚肉 カマボコ	精白米 強化米 じゃが芋	にがうり トマト 干しいたけ 大根 ネギ ネーブル	21金	マージンごはん 白身魚の梅みそ焼き 切干大根のイリチー ブロッコリー そうめん汁 パイン缶			▲	もずく天ぷら ★▲	白身魚 ツナ缶	精白米 強化米 もちきび そうめん	切干大根 かんぴょう 人参 ニラ 糸こんにゃく ブロッコリー ネギ パン缶	
8土	ごはん 麻婆豆腐 なすと油揚げのみそ汁 桃缶				◇	ビスケット ★▲◇	豆腐 豚ひき肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ缶 ニラ なす 桃缶	22土	焼きそば 中華風スープ 桃缶			▲	せんべい ▲	豚肉	焼きそば麺	キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 干しいたけ コーン缶 桃缶	
10月	ジャージャー麺 パンクンサラダ レタスのスープ ネーブル			▲		しらすおにぎり	豚ひき肉 わかめ	中華で麺 じゃが芋	たけのこ 人参 玉ねぎ 干しいたけ かぼちゃ レタス ネーブル	24月	チキンカレー QBBチーズ トマトサラダ わかめとみつばのスープ ネーブル	★▲ ★			塩ちんすこう ▲	鶏もも肉 チーズ 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 レタス きゅうり コーン みつば ネーブル	
11火	ひじきごはん さばのみそ焼き くずきりの甘酢あえ 豆腐とえのきのすまし汁 パナナ				◇	黒糖アガラサー ▲	豚ひき肉 干ひじき 油揚げ さば わかめ ハム 豆腐	精白米 くずきり	糸こんにゃく 人参 ごぼう きゅうり えのきたけ ねぎ パナナ	25火	麦ごはん 豚肉のみそ焼き 麩と野菜の炒め 大根と油揚げのみそ汁 パナナ	●▲ ▲		◇	チョコチップスコーン ★▲	豚もも肉 卵 竹小町 油揚げ わかめ	精白米 強化米 麩	赤ピーマン 玉ねぎ キャベツ 人参 もやし ニラ 大根 ねぎ パナナ	
12水	麦ごはん 鶏肉のゴマ焼き かぼちゃのそぼろ煮 野菜スープ パン缶			▲	★	Caウエハース ★▲ カルピスゼリー	鶏もも肉 豚ひき肉 ハム	精白米 強化米	かぼちゃ 玉ねぎ ごま 赤ピーマン キャベツ もやし パン缶	26水	麦ごはん ししゃもフライ きんぴらごぼう くずきりの甘酢あえ パイン缶 えのきとわかめのみそ汁	●★▲ ◇			アップルケーキ ★▲	ししゃも 卵 竹小町 わかめ ハム	さつまいも 精白米 強化米 くずきり	ごぼう 人参 ニラ 糸こんにゃく しめじ きゅうり えのきたけ パン缶	
13木	お弁当会						マドレーヌ ★▲				27木	沖縄そば かぼちゃのから揚げ キャベツと水菜のサラダ パナナ	●▲ ▲		◇	レタスと鮭のおにぎり	豚肉 かまぼこ 缶詰 油漬 フレーク ラ イト 鶏もも肉 油揚げ	沖縄そば麺 刻み昆布 かぼちゃ みずな キャベツ きゅうり 人参 トマト パナナ	
14金	マージンごはん 揚げ魚のケチャップあん ゴーヤーチャンプルー マッシュポテト 大根のみそ汁 パナナ				◇	シナモントースト ★▲	白身魚 豆腐 豚肉 油揚げ	精白米 強化米 もちきび じゃが芋	にがうり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ 大根 ねぎ パナナ	28金	麦ごはん 沖縄風煮つけ きゅうりとささみの甘酢和え なめこ汁 ネーブル		▲	◇	キャロットサンド ★▲	豚もも肉 厚揚げ 鶏ささみ 絹ごし豆腐 ツナ缶	精白米 強化米 強化麦	大根 人参 昆布 しめじ きゅうり なめこ ネーブル	
15土	鶏肉丼 えのきとわかめのみそ汁 パン缶					はちやぐみ	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ たけのこ みつば 干しいたけ えのきたけ パン缶	29土	ごはん 麻婆なす ゆし豆腐汁 桃缶			◇	ビスケット ★▲◇	豚ひき肉 ゆし豆腐	精白米 強化米	なす 玉ねぎ 人参 桃缶	
17月	三色ごはん きゅうりの梅肉あえ じゃが芋のみそ汁 ネーブル				◇	コーンフレーククッキー ▲◇	鶏ひき肉 豚ひき肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 小松菜 きゅうり もやし ネーブル	31月	もずくどんぶり ひじきサラダ とうがんとわかめのみそ汁 パン缶				ちんぴん ▲	もずく 豚ひき肉 干ひじき わかめ	精白米 強化米	ピーマン 赤ピーマン コーン きゅうり 人参 もやし とうがん パン缶	
18火	マージンごはん 揚げ魚のカレー風味 野菜チャンプルー 筍とえのきのすまし汁 パナナ				◇	お麩ラスク ▲◇	白身魚 豆腐 わかめ	精白米 強化米 もちきび	キャベツ 人参 もやし ニラ コーン たけのこ えのきたけ	<ul style="list-style-type: none"> ★ 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。 ★ 保育乳はお昼の食事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。 									

