

令和7年 5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 高嶺崇那

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 よくする					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 よくする
1 木	三色丼 ほうれん草の白あえ トマトとえのきのスープ ネーブル	●★ ◇	Caせんべい ちんぴん ▲ 保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 豆腐 ベーコン	精白米 強化米	大根の葉 ほうれん草 えのきたけ トマト缶 ネーブル	19 月	もずくどんぶり 切干大根のゴマ酢あえ 白菜と豆腐のみそ汁 ネーブル	★ ◇	Caせんべい ゴマ菓子 ★▲ 保育乳	もずく 豚ひき肉 ロースハム 豆腐	精白米 強化米	ピーマン コーン缶 切干大根 人参 白菜 きゅうり ごぼう ネーブル
2 金	ケチャップライス チキンから揚げ フライドポテト（チーズ味） 温サラダ フルーツヨーグルト コーンスープ	●★ ★	Ca ウエハース ミニたいやき ▲ こいのぼりゼリー	スパム缶 鶏もも肉 粉チーズ ロースハム	精白米 じゃが芋	人参 GP キャベツ きゅうり ブロッコリー コーン缶 玉ねぎ 果物3種類	20 火	ごはん（強化米入り） 鮭のタルタル焼き ゴーヤーチャンプルー 大根とわかめのみそ汁 パナナ	◇	チーズ レモンケーキ ★▲ 固形ヨーグルト	チーズ 鮭 豆腐 豚肉 乾燥わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ にがうり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ 大根 ねぎ バナナ
7 水	チキンカレー きゅうりの甘酢あえ レタスのスープ ネーブル	★▲	胚芽クラッカー コーンフレーククッキー ▲◇ 野菜ジュース	鶏もも肉 しらす干し わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 ピーマン きゅうり レタス GP えのきたけ ネーブル	21 水	ロールパン ハンバーグ マカロニサラダ ミネストローネ パイン缶	★▲ ★▲ ★	胚芽クラッカー しらすおにぎり 保育乳	豚ひき肉 牛ひき肉 ツナ缶 ベーコン	ロールパン マカロニ じゃが芋	みかん缶 レーズン きゅうり キャベツ 人参 玉ねぎ カットトマト缶 パイン缶
8 木	お弁当会	◇	チーズ ゴーヤーケーキ ★▲ 保育乳	魚すり身 豆腐 油揚げ	精白米 強化米	玉ねぎ キャベツ 人参 もやし 大根 ニラ ねぎ バナナ	22 木	ごはん（強化米入り） 揚げ魚のカレー風味 ウインナー きんぴらごぼう ネーブル 筍とえのきのすまし汁 楽しい！バイキング！！	◇	Caウエハース 蒸し芋 保育乳	白身魚 竹小町	精白米 強化米 さつま芋	ごぼう 人参 糸こんにやく ニラ ほんしめじ たけのこ えのきたけ ネーブル
9 金	ごはん（強化米入り） すり身揚げ 野菜チャンプルー 大根と油揚げのみそ汁 パナナ	▲ ◇ ◇	Caせんべい マリトッツォ風 ★▲ 保育乳	魚すり身 豆腐 油揚げ	精白米 強化米	玉ねぎ キャベツ 人参 もやし 大根 ニラ ねぎ バナナ	23 金	ごはん（強化米入り） 鶏肉のゴマ焼き ひじきの五目煮 冬瓜と椎茸のみそ汁 パナナ	◇	Caビスケット かぼちゃの蒸しパン ★▲ 保育乳	鶏もも肉 干ひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米	人参 糸こんにやく ニラ とうがん 干しいたけ バナナ かぼちゃ
10 土	スタミナ丼 中華風スープ ネーブル		*** せんべい ▲ 保育乳	鶏ひき肉	精白米 強化米	キャベツ ピーマン 人参 チンゲン菜 干しいたけ コーン缶 ネーブル	24 土	お弁当会		*** 豆乳ウエハース ★▲◇ 保育乳	鶏ひき肉 わかめ 粉チーズ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 みつば 玉ねぎ GP ピーマン カットトマト缶 トマト レタス きゅうり コーン缶 りんご
12 月	ジャージャー麺 きゅうりとささみのゆず酢和え 白菜とえのきのスープ りんご	▲	Caウエハース スイートポテト ★ 保育乳	豚ひき肉 鶏ささみ	中華ゆでめん	たけのこ 人参 玉ねぎ 干しいたけ きゅうり 白菜 GF えのきたけ	26 月	キーマカレー トマトサラダ わかめスープ りんご	★▲	クラッカー チーズスコーン ★▲ 保育乳	鶏ひき肉 わかめ 粉チーズ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 みつば 玉ねぎ GP ピーマン カットトマト缶 トマト レタス きゅうり コーン缶 りんご
13 火	ごはん（強化米入り） 魚のフライ 切干大根のイリチー 蒸しブロッコリー パナナ ほうれん草と椎茸のすまし汁	★▲	クラッカー マシュマロサンド ★▲ 保育乳	白身魚 ツナ缶	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 ピクルス 切干大根 かんぴょう 糸こんにやく ブロッコリー ほうれん草 バナナ	27 火	ごはん（強化米入り） きびなごの磯辺揚げ 人参シリシリ えのきと油揚げのみそ汁 ネーブル	◇	Caウエハース お麩ラスク ▲◇ 保育乳	きびなご スパム缶 油揚げ	精白米 強化米	人参 ブロッコリー もやし えのきたけ ねぎ ネーブル
14 水	ごはん（強化米入り） 鶏肉のさっぱり焼き かぼちゃの天ぷら ひじきのフレンチ和え なめこ汁 パイン缶	◇	Caビスケット ヨーグルトブレッド ★▲ 保育乳	鶏もも肉 干ひじき 竹小町 豆腐 わかめ	精白米 強化米	かぼちゃ きゅうり コーン缶 なめこ パイン缶	28 水	ごはん（強化米入り） のり佃煮 豆腐のかき揚げ かぼちゃのそぼろ煮 レバー汁 パイン缶	▲◇	チーズ ココアケーキ ★▲ 保育乳	豆腐 竹小町 豚ひき肉 豚レバー	精白米 強化米 じゃが芋	赤ピーマン 干しいたけ かぼちゃ 玉ねぎ パイン缶
15 木	ごはん（強化米入り） さばのりんごソースかけ 昆布イリチー スライストマト そうめん汁 ネーブル	▲	クラッカー ココナッツミルクマフィン ★▲ 保育乳	さば 豚三枚肉	精白米 強化米 そうめん	玉ねぎ 刻み昆布 かんぴょう 人参 トマト 糸こんにやく ネーブル	29 木	ごはん（強化米入り） 魚のピザ焼き ほうれん草のソテー 野菜スープ パナナ	★ ★	Caせんべい 揚げパン ★▲◇ 保育乳	白身魚 チーズ ベーコン	精白米 強化米	ピーマン しめじ 人参 ほうれん草 もやし Hコーン缶 キャベツ えのきたけ バナナ
16 金	タコライス ちくわとアボカドのサラダ 中華風スープ バナナ	★ ★	パナナ ツナマヨトースト ★▲ 保育乳	豚ひき肉 竹小町 わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 レタス トマト きゅうり キャベツ アボカド レタス バナナ	30 金	野菜そば 芋とささみのサラダ ネーブル	●★▲ ★	胚芽クラッカー ジュースおにぎり ◇ 保育乳	豚肉 丸かまぼこ 鶏ささみ	沖縄そば さつま芋	キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 きゅうり Hコーン缶 ネーブル
17 土	豚肉のあんかけ丼 なすと油揚げのみそ汁 りんご	◇	*** はちやぐみ 保育乳	豚肩ロース 油揚げ	強化米 精白米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 キャベツ なす りんご	31 土	ガパオライス風 春雨スープ りんご	◇	*** タンナファクルー ●★▲ 保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 豚肉	精白米 強化米 春雨	ピーマン コーン缶 キャベツ りんご

- ★ 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。

- ★ 牛乳提供時間については（午前：3歳以上、午後：3歳未満）となっています。
- ★ 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。

