



◇◇ 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 4月

愛心こども園

★ 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)		
		卵	乳	小麦	大豆	午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり			卵	乳	小麦	大豆	午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	あか	きいろ	みどり
1	チキンカレー(強化米) きゅうりの中華風 レタスのスープ りんご	★	▲			米せんべい	鶏もも肉 わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	人参 GP 玉ねぎ りんご Hコーン缶 ピーマン きゅうり レタス 玉ねぎ	16	もずくどんぶり みそ汁 ネーブル				***	スティックパン	もずく 豚ひき肉 豆腐	精白米 強化米	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 大根 ネーブル		
2	鶏肉のあんかけ丼 みそ汁 ネーブル					***	鶏もも肉 もずく 豆腐	精白米 強化米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 Hコーン缶 大根 ネーブル	18	わかめごはん チキン照り焼き 春雨の中華炒め さつま汁 ネーブル				米せんべい	ミニマドレーヌ	わかめ しらす干し 鶏もも肉 豚肩ロース 油揚げ	精白米 強化米 春雨	人参 玉ねぎ たけのこ キャベツ しめじ ニラ さやいんげん		
4	ごはん(強化米入り) 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー(マヨ) 春雨スープ ネーブル					米せんべい	豚肩ロース 干ひじき 竹小町 鶏ささみ	精白米 強化米 春雨	人参 糸こんにゃく さやいんげん ブロッコリー たけのこ 白菜	19	ロールパン(超熟) 鮭のタルタル焼き 温サラダ 鶏と野菜の豆乳スープ バナナ	★	▲		りんご	おかかおにぎり	鮭 鶏ささみ 調整豆乳	ロールパン (超熟)	玉ねぎ キャベツ Hコーン缶 トマト ブロッコリー かぼちゃ えのきたけ バナナ		
5	黒米ごはん 揚げ魚のケチャップあん かぼちゃの煮物 もずくの酢物 みそ汁 パイン缶					バナナ	白身魚 もずく 豆腐 わかめ	精白米 強化米 白ゴマ	サラダ菜 かぼちゃ さやいんげん きゅうり とうがん パイン缶	20	キーマカレー(強化米) カリカリきゅうり コーンスープ ネーブル	★	▲		米せんべい	バナナケーキ	鶏ひき肉 調整豆乳	精白米 強化米 じゃが芋 白ゴマ	人参 玉ねぎ Hコーン缶 ピーマン ホールトマト 缶 GP きゅうり		
6	スパゲティミートソース ゴマじゃが コーンスープ ネーブル			▲		米せんべい	牛ひき肉 豚ひき肉	スパゲティ じゃが芋 白すりごま	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン コーン缶 玉ねぎ ネーブル	21	黒米ごはん 厚揚げのケチャップ煮 ゴマじゃが 魚のみそ汁 パイン缶				りんご	人参ポッキー	厚揚げ 豚もも肉 白身魚	精白米 強化米 黒米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 しめじ ブロッコリー 大根 ほうれん草 パイン缶		
7	のりごはん(強化米入り) 鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草炒め キャベツのおかかあえ みそ汁 バナナ					りんご	鶏もも肉 豆腐 ツナ缶 わかめ	精白米 強化米 黒ゴマ	ほうれん草 Hコーン缶 キャベツ きゅうり えのきたけ ごぼう バナナ	22	マージンごはん ちくわの磯辺揚げ 麻婆なす かぼちゃスープ りんご				米せんべい	せんべい グレープゼリー 保育乳	竹小町 豆腐 豚ひき肉 ベーコン	精白米 強化米 もちきび	なす 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ りんご		
8	たけのこごはん 鮭のタルタル焼き(トマト添え) 春雨サラダ みそ汁 りんご					米せんべい	鶏もも肉 油揚げ 鮭 ハム わかめ	精白米 強化米 春雨	たけのこ 玉ねぎ もやし トマト きゅうり 人参 大根 りんご	23	豚肉のみそどんぶり スティックきゅうり ゆし豆腐汁 ネーブル				***	はちやぐみ	豚肉 ゆし豆腐	精白米 強化米	人参 チンゲン菜 玉ねぎ きゅうり ネーブル		
9	ごはん(強化米入り) 麻婆豆腐 ブロッコリー(マヨ) 白菜スープ ネーブル					***	豆腐 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米	人参 ニラ 玉ねぎ 白菜 たけのこ ブロッコリー Cコーン缶 赤ピーマン ネーブル	25	★★お弁当会★★				米せんべい	大学芋					
11	ごはん(強化米入り) 鶏肉のごまみそ焼き 人参シリシリー 芋とひじきのサラダ みそ汁 ネーブル					米せんべい	鶏もも肉 豚肉 ツナ缶 干ひじき わかめ	精白米 強化米 ごま さつま芋	人参 ブロッコリー もやし とうがん ネーブル	26	ごはん(強化米入り) さばのゴマだれ焼き 春雨サラダ ブロッコリー(マヨ) みそ汁 りんご				バナナ	ヨーグルト入りスコーン	さば(生) ハム 豆腐 わかめ	精白米 強化米 炒りごま 春雨	もやし きゅうり 人参 ブロッコリー とうがん りんご		
12	マージンごはん レバーのかりん揚げ きんぴらごぼう(ちくわ) もずくの酢物 みそ汁 りんご					バナナ	豚レバー 竹小町 もずく	精白米 もちきび 白ゴマ	ごぼう 人参 ニラ 糸こんにゃく ほんしめじ きゅうり えのきたけ しいたけ	27	豚肉ビビンバ フライドポテト 白菜スープ ネーブル				米せんべい	キャロットサンド	豚もも肉 鶏ささみ	精白米 強化米 白ゴマ フライドポテト	Hコーン缶 ほうれん草 もやし 人参 白菜 Cコーン缶 赤ピーマン ネーブル		
13	沖縄そば 切干大根のゴマ酢あえ ブロッコリー(マヨ) バナナ			▲		米せんべい	豚三枚肉 丸かまぼこ 鶏ささみ	沖縄そば (茹) 白ゴマ	刻み昆布 切干大根 人参 きゅうり ごぼう ブロッコリー バナナ	28	黒米ごはん 豆腐ハンバーグ 切干大根のイリチー ほうれん草のツナあえ そうめん汁 バナナ				りんご	お麩ラスク	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 豚肉 ツナ缶	精白米 黒米 強化米 そうめん	玉ねぎ 切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ほうれん草 バナナ		
14	三色ごはん(強化米) ポテトサラダ みそ汁 ネーブル					りんご	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 桃 ほうれん草 パイン缶 レーズン Hコーン缶 なす ネーブル	30	ハヤシライス(ささみ) すまし汁 ネーブル				***	亀の甲せんべい	鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	精白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 Hコーン缶 GP たけのこ ネーブル		
15	黒米ごはん さばのみそ焼き 蒸しかぼちゃ ひじきサラダ 野菜スープ バナナ					米せんべい	さば 干ひじき 絹ごし豆腐	精白米 強化米 黒米 白ゴマ	かぼちゃ きゅうり 人参 Hコーン缶 キャベツ えのきたけ バナナ	★	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。										

★ 朝のおやつは、表示確認の上、アレルゲン不使用で対応します。

★ 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。

