



*** 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、ウインナー、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	大豆		あか	きいろ	みどり			卵	乳	大豆		あか	きいろ	みどり	
1	麦ごはん さんまのかば焼き 麩と野菜の炒め スライストマト みかん じゃが芋とわかめのみそ汁	●	▲	◇	かぼちゃの蒸しパン ▲★	さんま開き 卵 竹小町	精白米 強化米 強化麦 じゃが芋	キャベツ 人参 もやし ニラ トマト わかめ みかん	16	チキンカレー わかめスープ パン缶	●	★	▲	ビスケット ★▲	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン パン缶	
2	麦ごはん 麻婆豆腐 小松菜と茸のすまし汁 桃缶		▲	◇	はちやぐみ	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 小松菜 干しいたけ 桃缶	18	もずくどんぶり トマトときゅうりの酢みそあえ 冬瓜と椎茸のすまし汁 柿				サーターアランダギー ●▲	もずく 豚ひき肉 ツナ缶 わかめ	精白米 強化米	ピーマン コーン缶 トマト きゅうり とうがん 柿 干しいたけ	
4	三色ごはん パンキンサラダ なめこ汁 みかん			◇	オートミールクッキー ▲★	鶏ひき肉 豚ひき肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	人参 小松菜 かぼちゃ なめこ みかん	19	沖縄そば かぼちゃの天ぷら キャベツのツナ和え 梨	●	★	▲	いなり寿司 ◇	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	沖縄そば 精白米 強化米	刻み昆布 かぼちゃ キャベツ 赤ピーマン きゅうり 梨	
5	麦ごはん 豆腐のかき揚げ 春雨の中華炒め レタスと玉ねぎのスープ バナナ		▲	◇	蒸し芋	豆腐 竹小町 豚肉	精白米 強化米 強化麦 春雨	赤ピーマン 干しいたけ たけのこ 人参 しめじ キャベツ レタス 玉ねぎ バナナ	20	カレーピラフ 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草のソテー レタスと玉ねぎのスープ みかん				ヨーグルトプレート 野菜ジュース	鶏もも肉 ハム ツナ缶	精白米 強化米	人参 GP ほうれん草 もやし コーン缶 レタス 玉ねぎ みかん	
6	マージンごはん 鮭のタルタル焼き ひじきの五目煮 蒸しとうもろこし パイン缶 大根とえのきのみそ汁			◇	しらすおにぎり	鮭 干ひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米 もちきび	玉ねぎ 人参 糸こんにゃく ニラ 大根 とうもろこし えのきたけ ねぎ パイン缶	21	マージンごはん さばのみそ焼き 人参シリシリー 蒸しとうもろこし パイン缶 筍と茸のすまし汁				いちごジャムマフィン ★▲	さば スパム缶 ツナ缶	精白米 強化米 もちきび	人参 もやし ブロッコリー とうもろこし たけのこ 干しいたけ ねぎ パイン缶	
7	麦ごはん 豚肉のしょうが焼き 野菜チャンプルー なすとわかめのみそ汁 柿		▲	◇	お麩ラスク ▲	豚肉 豆腐 わかめ	さつま芋 精白米 強化米 強化麦	玉ねぎ 赤ピーマン キャベツ 人参 もやし ホーン缶 ニラ なす 柿	22	くりごはん 豚肉のみそ焼き 昆布イリチー ゆし豆腐汁 柿			◇	きなこトースト ★▲	豚もも肉 豚三枚肉 ゆし豆腐	精白米 むぎくり	赤ピーマン 玉ねぎ 刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく 柿	
8	麦ごはん 魚の磯天ぷら きんぴらごぼう ツナマヨポテト コーンスープ みかん		▲		バナナケーキ ▲ 固形ヨーグルト	白身魚 竹小町 ツナ缶	精白米 強化米 強化麦 じゃが芋	ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ しめじ コーン缶 玉ねぎ みかん	23	スタミナ丼 レタスのスープ パイン缶				ぼたぼた焼き ▲	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ ごぼう 人参 干しいたけ ニラ レタス パイン缶	
9	鶏肉丼 白菜とわかめのみそ汁 桃缶				豆乳ウエハース	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米 豆乳ウエ ハース	玉ねぎ たけのこ 若 茎 生 人参 みつば 干しいたけ 白菜 桃缶	25	チキンカレー ちくわと野菜のチーズ和え わかめスープ 梨	●	★	▲	ホットケーキ ★▲	鶏もも肉 竹小町 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン きゅうり キャベツ	
11	スパゲティミートソース 芋とひじきのサラダ 小松菜とコーンのスープ 梨	★	▲		メロンパン ★▲	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 精白米 強化米	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン 小松菜 梨 コーン缶	26	マージンごはん 魚のマヨネーズ焼き 切干大根のイリチー 筍と豆腐のすまし汁 パイン缶		★	▲	◇	くずもち ◇	白身魚 粉チーズ ツナ缶	精白米 強化米 もちきび	切干大根 かんぴょう 人参 ねぎ 糸こんにゃく たけのこ 干しいたけ パイン缶
12	麦ごはん 西京焼き しゃきしゃき炒め スライストマト 筍と豆腐のすまし汁		▲	◇	チーズクッキー	白身魚 豚肉 竹小町 豆腐	精白米 強化米 強化麦	糸こんにゃく もやし ごぼう 人参 トマト たけのこ 干しいたけ ねぎ パナ	27	マージンごはん 沖縄風煮つけ きゅうりとささみの甘酢和え じゃが芋と油揚げのみそ汁 柿			◇	マドレーヌ ★▲	豚もも肉 厚揚げ 鶏ささみ 油揚げ	精白米 強化米 もちきび じゃが芋	大根 昆布 しめじ 人参 きゅうり わかめ ニラ 柿	
13	豚肉ビビンバ ツナマヨポテト 冬瓜と椎茸のすまし汁 柿			◇	黒糖アガラサー ★▲◇	豚肉 ツナ缶 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	ホーン缶 ほうれん草 もやし 人参 コーン缶 とうがん 干しいたけ 柿	28	麦ごはん 鶏肉のゴマ焼き しゃきしゃき炒め 蒸しブロッコリー みかん 冬瓜とわかめのみそ汁		▲		チョコチップスコーン ★▲	鶏もも肉 豚肉 竹小町 わかめ	精白米 強化米 強化麦	糸こんにゃく もやし ごぼう 人参 ブロッコリー とうがん みかん	
14	お弁当会				キャロットサンド ★▲				29	ロールパン ハンバーグ ポテトサラダ パンキンスープ バナナ	●	★	▲	鮭と青菜のおにぎり	豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン	ロールパン じゃが芋	きゅうり パイン缶 レーズン かぼちゃ 玉ねぎ 人参 パナ ナ	
15	吹き寄せごはん 鶏肉のさっぱり煮 こんにゃくのソテー えのきとわかめのみそ汁 みかん			◇	ピザトースト ★▲	油揚げ 鶏もも肉 豚肉 わかめ ツナ缶	さつま芋 精白米 里芋	人参 しめじ 糸こんにゃく コーン缶 小松菜 えのきたけ みかん	30	焼きそば ゆし豆腐汁 パイン缶			◇	はちやぐみ	豚肉 ゆし豆腐	焼きそばめ ん	キャベツ 玉ねぎ 人参 パイン缶	

★ 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。