



- ★ 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	アレルギー			おやつ			おもな材料（昼食）			日 曜	献立名	アレルギー			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 土	鶏肉丼 冬瓜とほうれん草のすまし汁 桃缶					***	鶏もも肉	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 みづば 干しいたけ とうがん ほうれん草 桃缶	17 月	チキンカレー 温サラダ 白菜とベーコンのスープ 柿	★ ★ ★	チーズ オートミールクッキー ★▲ 保育乳				***	さんま開き 豚肉 鶏ささみ	精白米 強化米 じゃが芋 オートミール	玉ねぎ ピーマン きゅうり 白菜 ブロッコリー	
						豆乳ウエハース ★▲◇ 保育乳															
4 火	キーマカレー わかめサラダ 大根と椎茸のすまし汁 柿	★	▲		★	チーズ	鶏ひき肉 ローズハム わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ ピーマン カットトマト缶 キャベツ きゅうり 大根 柿 干しいたけ	18 火	ごはん（強化米入り） さんまのかば焼き 豚肉とれんこんの甘辛炒め きゅうりとささみの甘酢和え そうめん汁 パイン缶	▲	バナナ ココアトースト ★▲ 保育乳				さんま開き 豚肉 鶏ささみ	精白米 強化米 そうめん	玉ねぎ ピーマン きゅうり パイン缶		
						豆腐ナゲット ◇ 保育乳															
5 水	ごはん（強化米入り） 魚の竜田揚げ チンジャオロース 小松菜とえのきのスープ パイン缶					Ca ウエハース	白身魚 豚肉 粉チーズ	精白米 強化米	ピーマン たけのこ 小松菜 えのきたけ パイン缶 レーズン	19 水	沖縄そば バンバンジーサラダ みかん	●★▲	Caビスケット いなり寿司 ◇ 保育乳				豚三枚肉 丸かまぼこ 鶏ささみ	沖縄そば ごま	刻み昆布 もやし きゅうり 人参 しょうが みかん		
						ヨーグルトブレッド ★▲ 保育乳															
6 木	ごはん（強化米入り） 麻婆豆腐 春雨サラダ 白菜とベーコンのスープ 梨		◇	◇	★	Caせんべい	豆腐 豚ひき肉 ハム ベーコン	精白米 強化米 春雨	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ もやし きゅうり 白菜 梨	20 木	ごはん（強化米入り） 肉じゃが ひじきのフレンチ和え ゆし豆腐汁 梨		クラッカー ブルーベリーマフィン ★▲ 保育乳	◇			豚肉 干ひじき 鶏ささみ ゆし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 GP しめじ きゅうり Hコーン缶 梨		
						お麴ラスク ▲◇ 保育乳															
7 金	ごはん（強化米入り） 西京焼き ひじきの五目煮 なめこ汁 みかん			◇	◇	Caビスケット	白身魚 干ひじき 竹小町 油揚げ 絹ごし豆腐	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく ニラ なめこ みかん	21 金	ごはん（強化米入り） 鮭の南蛮漬け ほうれん草のソテー 大根とわかめのみそ汁 バナナ	★	Ca ウエハース 黒糖アガサー ▲ 保育乳				鮭 ベーコン 乾燥わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 青ピーマン ほうれん草 玉ねぎ 大根 バナナ		
						卵サンド ●★▲ 保育乳															
8 土	豚肉のあんかけ丼 冬瓜とほうれん草のすまし汁 桃缶					***	豚肩ロース	強化米 精白米	干しいたけ 玉ねぎ 人 参 キャベツ とうがん ほうれん草 桃缶	22 土	中華丼 レタスのスープ パイン缶		*** はちや棒 保育乳				豚もも肉 わかめ	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 干しいたけ レタス パイン缶		
						ビスケット ★▲ 保育乳															
10 月	ごはん（強化米入り） 揚げ鶏のシークワーサーソースがけ こんにゃくのソテー 筍と椎茸のすまし汁 梨					クラッカー	鶏もも肉 豚肩ロース	精白米 強化米 さつま芋	糸こんにゃく 人参 Hコーン缶 小松菜 ねぎ たけのこ 梨 干しいたけ	25 火	ロールパン 魚のフライ コールスローサラダ ミネストローネ みかん	●★▲ ★ ★	Caビスケット しらすおにぎり ヨーグルト（苺・ミロク風味）				白身魚 ローズハム ベーコン しらす干し 卵	ロールパン じゃが芋	玉ねぎ ビクルス 刻みパセリ キャベツ きゅうり みかん 人参		
						カステラ ●★▲ 保育乳															
11 火	☆七五三お祝いメニュー☆ カレーピラフ ハンバーグ ポテトサラダ 野菜スープ フルーツヨーグルト	★	▲		★	チーズ	スパム缶 豚ひき肉 牛ひき肉 ハム ベーコン	精白米 強化米 じゃが芋	人参 GP 玉ねぎ きゅうり レーズン キャベツ えのきたけ フルーツ	26 水	ごはん（強化米・りの佃煮） 豆腐とかぼちゃのかき揚げ 昆布イリチー 沢煮椀 バナナ	▲◇	Ca ウエハース ココアメロンパン ★▲ 保育乳				豆腐 竹小町 豚三枚肉 鶏もも肉	精白米 強化米	かぼちゃ 刻み昆布 かんぴょう 人参 ごぼう 糸こんにゃく えのきたけ たけのこ ねぎ バナナ		
						オート麦クラッカー ▲◇ プリンアラモード															
12 水	ナポリタン 野菜のごまみそサラダ 玉ねぎとコーンスープ パイン缶	★	▲		★	Caビスケット	ウインナー ローズハム	スパゲティ 精白米 強化米	人参 しめじ ピーマン カットトマト缶 ブロッコリー キャベツ 玉ねぎ パイン缶	27 木	ごはん（強化米入り） さばのみそ焼き 五目きんぴら 筍と豆腐のすまし汁 パイン缶	◇	Caせんべい ヨーグルトスコーン ★▲ 保育乳				さば 鶏もも肉 豆腐	精白米 強化米	ごぼう 人参 糸こんにゃく 干しいたけ たけのこ ねぎ パイン缶		
						鮭と青菜のおにぎり 保育乳															
13 木						Ca ウエハース				28 金	ごはん（強化米入り） 鶏肉のチリソース風 ブロッコリー炒め もずくスープ みかん		Caせんべい 蒸し芋 保育乳				鶏もも肉 もずく	精白米 強化米	玉ねぎ 長ねぎ ブロッコリー キャベツ 人参 たけのこ みかん		
						チーズ蒸しパン ★▲ 保育乳															
14 金	ごはん（強化米入り） 魚のマヨネーズ焼き 人参シリシリ 大根と椎茸のみそ汁 バナナ	★	▲			Caせんべい	白身魚 粉チーズ スパム缶	精白米 強化米	玉ねぎ 人 参 ブロッコリー もやし 大根 干しいたけ ねぎ バナナ	29 土	ごはん（強化米入り） ホワイトシチュー 白菜とベーコンのスープ 桃缶	★	*** Caせんべい ▲◇ 保育乳				鶏もも肉 ベーコン	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ ブロッコリー 白菜 赤ピーマン 桃缶		
						ジャムサンド ★▲ 保育乳															
15 土	もずくどんぶり えのきと油揚げのみそ汁 みかん			◇		***	もずく 豚ひき肉 油揚げ	精白米 強化米	ピーマン Hコーン缶 えのきたけ みかん	★	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。										
						ぼたぼた焼き ▲ 保育乳															



