

幼児食 こんだて表

令和7年 9月 愛心こども園

◇◇ 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				日曜	献立名	アレルギー			おやつ			
		●	★	▲	午前 2歳児未満	あか	きいろ	みどり			●	★	▲	午前 2歳児未満	あか	きいろ	みどり
		卵	乳	小麦	午後（1～5歳児）	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする			卵	乳	小麦	午後（1～5歳児）	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする
1月	きのこの和風スパゲティ ひじきのフレンチ和え キャベツとトマトのスープ ネーブル	★	▲		Ca ウエハース	豚ひき肉 干ひじき 竹小町 ベーコン	スパゲティ 精白米 強化米	玉ねぎ しめじ 人参 ピーマン きゅうり コーン缶 キャベツ ネーブル		16火	スタミナ丼 芋とささみのサラダ 筍と豆腐のみそ汁 梨	★	▲	クラッカー	豚肩ロース 鶏ささみ 豆腐	精白米 強化米 さつま芋	玉ねぎ ごぼう 人参 干しいたけ ニラ ねぎ きゅうり たけのこ 梨
2火	ごはん（強化米入り） 魚の竜田揚げ 春雨とひき肉の炒め もずくスープ パイン缶			◇	クラッカー	白身魚 豚ひき肉 もずく	精白米 強化米 春雨	人参 チンゲン菜 たけのこ 干しいたけ たけのこ パイン缶		17水	ごはん（強化米入り） 西京焼き 大根のきんぴら炒め そうめん汁 ネーブル		▲	Ca ウエハース	白身魚 竹小町	精白米 強化米 そうめん	大根 人参 糸こんにゃく ニラ ネーブル
3水	ごはん（強化米・のり佃煮） 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリ ゆし豆腐汁 バナナ			◇	Caせんべい	豚肉 竹小町 ツナ缶 ゆし豆腐	精白米 強化米 さつま芋	玉ねぎ 人参 赤ピーマン ブロッコリー もやし バナナ		18木	ごはん（強化米入り） 鶏肉のみぞれ煮 昆布イリチー パンブキンサラダ パイン缶 ほうれん草とえのきのすまし汁			Caせんべい	鶏もも肉 豚三枚肉	精白米 強化米 じゃが芋	大根 人参 刻み昆布 かんぴょう 糸こんにゃく かぼちゃ ほうれん草 えのきたけ パイン缶
4木	ごはん（強化米入り） 油淋鶏 ほうれん草のソテー 春雨スープ ネーブル	★		◇	バナナ	鶏もも肉 ベーコン 豚もも肉	精白米 強化米 春雨	長ねぎ 人参 ほうれん草 もやし キャベツ たけのこ ネーブル		19金	ごはん（強化米入り） 揚げ魚のケチャップあん パパイアイリチー 白菜とベーコンのスープ バナナ	★		Caビスケット	白身魚 スハム缶 竹小町 ベーコン	精白米 強化米	パパイア 人参 ニラ 白菜 赤ピーマン バナナ
5金	ごはん（強化米入り） さばのみそ焼き 五目きんぴら 白菜と椎茸のスープ 梨				Caビスケット	さば 鶏もも肉	精白米 強化米	ごぼう 人参 糸こんにゃく 白菜 干しいたけ 梨		20土	豚肉のあんかけ丼 えのきとほうれん草のみそ汁 ネーブル			***	豚肩ロース	精白米 強化米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 トウモロコシ えのきたけ ほうれん草 ネーブル
6土	ホイコーロー丼 小松菜とわかめのスープ 桃缶				***	豚肩ロース 乾燥わかめ	精白米 強化米	キャベツ ピーマン 人参 ニラ 小松菜 桃缶		22月	三色丼 春雨の甘酢あえ 筍とえのきのみそ汁 梨	●	◇	Ca ウエハース	鶏ひき肉 豚ひき肉 ハム 卵	精白米 強化米 春雨	大根の葉 きゅうり たけのこ えのきたけ 梨
8月	キーマカレー わかめサラダ ほうれん草とコーンのスープ ネーブル	★	▲	★	チーズ	チーズ 鶏ひき肉 ロースハム わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 コーン 玉ねぎ GP ピーマン キャベツ きゅうり ほうれん草 ネーブル		24水	沖縄そば 豆腐と野菜のかき揚げ ネーブル	●	★	クラッカー	豚三枚肉 丸かまぼこ 豆腐 竹小町	沖縄そば 精白米 強化米 むぎこま	赤ピーマン かぼちゃ ネーブル
9火	くりごはん 魚の磯天ぷら 切干大根のイリチー 沢煮椀 バナナ				クラッカー	白身魚 ツナ缶 豚肉	精白米 むぎく	切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく えのきたけ たけのこ ごぼう 茸		25木	ごはん（強化米入り） 鮭のみみじ焼き こんにゃくのソテー なめこ汁 パイン缶		◇	チーズ	チーズ 鮭 豚肩ロース 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米	人参 糸こんにゃく コーン缶 小松菜 なめこ パイン缶
10水	ごはん（強化米入り） 豚肉とれんこんの甘辛炒め ひじきの五目煮 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 パイン缶			◇	バナナ	豚肉 干ひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米 さつま芋	れんこん 青ピーマン 人参 ニラ 糸こんにゃく かぼちゃ 玉ねぎ パイン缶		26金	秋まつりメニュー ・焼きそば ・ナゲット ・バナナ	●	★	Caビスケット	豚三枚肉 丸かまぼこ 豆腐 竹小町	精白米 強化米	大根の葉 きゅうり たけのこ えのきたけ 梨
11木	お弁当会				Ca ウエハース					27土	中華丼 小松菜とコーンのスープ 桃缶			***	豚もも肉	精白米 強化米	白菜 たけのこ 玉ねぎ 人参 干しいたけ 小松菜 コーン缶 桃缶
12金	ごはん（強化米入り） 白身魚のカレー風味 野菜チャンプルー 豚汁 梨			◇	Caせんべい	白身魚 豆腐 豚肉	精白米 強化米	キャベツ 人参 もやし ニラ 大根 干しいたけ 昆布 梨		29月	ロールパン 豚カツ ポテトサラダ クリームスープ ネーブル	●	★	Ca ウエハース	豚ヒレ肉 卵 ロースハム 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 玉ねぎ 人参 ブロッコリー ネーブル
13土	ごはん（強化米入り） 麻婆豆腐 白菜とえのきのスープ パイン缶			◇	***	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ 白菜 えのきたけ パイン缶		30火	ごはん（強化米入り） 厚揚げのきのこソース かぼちゃの煮物 切干大根のゴマ酢あえ 冬瓜とわかめのみそ汁 パイン缶		◇	クラッカー	厚揚げ 鶏ひき肉 鶏ささみ わかめ	精白米 強化米	えのきたけ かぼちゃ 切干大根 きゅうり ごぼう 人参 とうがん 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。

- ★ 「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。

