

令和7年 9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	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		大豆	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	●		★	▲	午後（1～5歳児）	血や肉・骨と なる	熱や力と なる
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			◇		豆腐ナゲット ◇	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 パンプキンサラダ 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 ウンケー	★		◇		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 スバム缶 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 Hコーン缶 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 ウーケイ					***	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(卵不使用) ハム(卵不使用)	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 むきごま	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 むきぐり	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 パナナ なめこ汁 ポテトフライ 楽しい！バイクン！！		◇	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 バナナ		
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	チキンカレー ブロッコリーとトマトのごまあえ わかめスープ パイン缶	★	▲	バナナ	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン ブロッコリー トマト みつば パイン缶		
11 木	お弁当会					Ca ウエハース				27 土	お弁当会			***					
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 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。

