

幼児食 こんだて表

令和7年12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。

◇◇ 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。



(作成者)管理栄養士 高橋奈那

日曜	献立名	アレルゲン ●★▲△ 卵 乳 小麦 大豆	おやつ 午前 2歳児未満 あか きいろ みどり 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	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルゲン ●★▲△ 卵 乳 小麦 大豆	おやつ 午前 2歳児未満 あか きいろ みどり 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	
				おやつ	あか	きいろ					
1月 月	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 ネーブル	★▲	チーズ シナモンブレッド ★▲ 保育乳	チーズ 鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ GP ビーマン ブロッコリー トマト ネーブル	15 月	ごはん(強化米入り) ホワイトシチュー 野菜サラダ ネーブル	★▲△ Caせんべい ゴマ菓子 ★ 保育乳	Caせんべい 鶏もも肉 ハム	じやが芋 玉ねぎ プロッコリ きゅうり Hコーン缶 キャベツ ネーブル
2火 火	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 キヤベツ 人参 たけのこ みかん	16 火	ごはん(強化米入り) 鮭ののみじ焼き 昆布イリチー ほうれん草とえのきのスープ 桃缶	Caウエハース バイナップルケーキ ★▲ 固形ヨーグルト	鮭 豚三枚肉	精白米 強化米
3水 水	ごはん(強化米入り) 豆腐ハンバーグ ひじきの五目煮 えのきとほうれん草のみそ汁 りんご	◇ ◇	Caビスケット ツナマヨトースト ★▲ 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 半ひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米 米粉	玉ねぎ 人参 ニラ 糸こんにゃく えのきだけ ほうれん草 りんご	17 水	ごはん(強化米入り) 納豆 ちくわのチーズ焼き 人参シリシリ レバー汁 みかん	チーズ チヨコチップクッキー ★▲ 保育乳	チーズ 納豆 竹小町 スパム缶 豚レバー 豚肉	精白米 強化米 じゃが芋
4木 木	ごはん(強化米入り) さんまのシークワーサーソースかけ 五目きんぴら パンプキンサラダ なめこ汁 バナナ		クラッカー ミルクビスケット ★▲ 保育乳	さんま 鶏もも肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	ごぼう 人参 糸こんにゃく かぼちゃ なめこ バナナ	18 木	ごはん(強化米入り) 白身魚のみぞれあんかけ きんぴらごぼう 豆腐とわかめのみそ汁 りんご	クラッカー ミニマドレーヌ ●★▲ 保育乳	白身魚 竹小町 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米
5金 金	三色丼 野菜のごまみそサラダ 白菜とベーコンのスープ みかん	● ★ ★	バナナ 紅イモちんすこう ◇ 保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 ロースハム ベーコン	精白米 強化米 さつまいも	大根の葉 ブロッコリー キヤベツ 白菜 赤ピーマン みかん	19 金	バターロールパン ハンバーグ ベーコンポテト ミネストローネ バナナ	バナナ おかか塩昆布おにぎり 保育乳	豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン ロースハム	ロールパン じゃが芋
6土 土	ホイコーロー丼 小松菜と筍のすまし汁 パイン缶		*** ぼたぼた焼き ▲ 保育乳	豚肩ロース	精白米 強化米	キャベツ ピーマン 人参 ニラ 小松菜 干しいたけ パイン缶	20 土	ごはん(強化米入り) 麻婆豆腐 大根とわかめのすまし汁 パイン缶	*** ビスケット ★▲ 保育乳	豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米
8月 月	肉みそスパゲティ わかめサラダ ほうれん草と豆腐のすまし汁 りんご	▲ ◇	Caせんべい 鮭チーズおにぎり ★ 保育乳	豚ひき肉 ロースハム わかめ 豆腐	スパゲティ	玉ねぎ 人参 えのきだけ GP キヤベツ きゅうり ほうれん草 ねぎ りんご	22 月	* * * トウジージューシー 魚の照り焼き りんご カリカリきゅうり かぼちゃの天ぷら 豚汁	Caビスケット チーズスコーン ★▲ 保育乳	干ひじき 豚三枚肉 白身魚 豚肉	精白米 里芋
9火 火	ごはん(強化米入り) さばの甘酢あんかけ 切干大根のイリチー 白菜と椎茸のスープ みかん		Caウエハース メロンパン ★▲ 保育乳	さば ツナ缶	精白米 強化米	切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく 白菜 干しいたけ みかん	23 火	ごはん(強化米入り) 沖縄風煮つけ きゅうりとささみのゆず酢和え そうめん汁 バナナ	Caせんべい 大学芋 保育乳	豚もも肉 厚揚げ 鶏ささみ	精白米 強化米 そうめん
10水 水	ごはん(強化米入り) しゅうまい 八宝菜 ゆし豆腐汁 いちご		チーズ サーティアンダギ ●★▲ 保育乳	チーズ 豚もも肉 ゆし豆腐	精白米 強化米	白菜 たけのこ 人参 干しいたけ いちご	24 水	ごはん(強化米入り) 魚フライ(タルタルソース) チンジャオロース 春雨スープ みかん	バナナ 黒糖アガラサー ▲ 保育乳	しじら 豚肉 ロースハム	精白米 強化米 春雨
11木 木	ごはん(強化米入り) 白身魚のトマトソースかけ ほうれん草のソテー もずくスープ バナナ	★	クラッcker きなこクリームパン ★△ 保育乳	白身魚 ベーコン もずく	精白米 強化米	玉ねぎ カットトマト缶 ほうれん草 もやし Hコーン缶 たけのこ バナナ	25 木	★クリスマスマニュー★ ロールパン チキンのピザ焼き 星のコロッケ 莓モンブラン コールスローサラダ 白菜とえのきのスープ	Caウエハース オーツ麦クラッcker ▲△ りんごジュース	鶏もも肉 チーズ	ロールパン クリスマスツリー
12金 金	お弁当会			Caビスケット ココアケーキ ★▲ 保育乳			26 金	沖縄そば 野菜の白和え パイン缶	クラッcker ゆかりおにぎり 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ 豆腐	沖縄そば
13土 土	スタミナ丼 豆腐とわかめのすまし汁 みかん		*** オーツ麦クラッcker ▲△ 保育乳	豚肩ロース 豆腐 わかめ	精白米 強化米	玉ねぎ ごぼう 人参 干しいたけ ニラ ねぎ みかん	27 土	野菜のみそぞぼろ丼 冬瓜と椎茸のすまし汁 桃缶	*** 豆乳ウエハース ★▲△ 保育乳	豚ひき肉	精白米 強化米

★ 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。

