給食こんだて

アレルゲン表示

令和６年　４月

◇◇　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。

★　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。

★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン（厚労省2019）』に沿って実施します。

（作成者）栄養士 野原正子

日 曜	献立名	アレルゲン ●卵	★乳	▲小麦	◇大豆	おやつ 午前（1～2歳児） 午後（1～5歳児）	おもな材料（昼食） あか 血や肉・骨となる	きいろ 熱や力となる	みどり 体の調子をよくする
1 月	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー（マヨ） みそ汁　果物				◇	米せんべい 型抜きクッキー ●★▲ ★保育乳	豚肩ロース 干ひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米 （鉄）	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく さやいんげん ブロッコリー 大根 ねぎ ネーブル
2 火	キーマカレー カリカリきゅうり わかめスープ 果物		★	▲	◇	バナナ ちんぴん ▲ ★保育乳	鶏ひき肉 わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米 （鉄） じゃが芋 白ゴマ	人参　玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン ホールトマト缶 きゅうり　ね
3 水	黒米ごはん 揚げ魚のケチャップあん 焼きかぼちゃ もずくの酢物 みそ汁　果物				◇	米せんべい 人参ケーキ ●★▲◇ ★保育乳	白身魚 もずく 豆腐	精白米 黒米 強化米 （鉄） すりごま	かぼちゃ きゅうり 白菜 ネーブル
4 木	スパゲティミートソース ゴマじゃが コーンスープ 果物			▲		バナナ みそおにぎり ★保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 ツナ缶	スパゲティ じゃが芋 白すりごま	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン コーン缶 キャベツ ネーブル
5 金	のりごはん 鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草炒め みそ汁 ヨーグルトサラダ		★		◇	米せんべい ポテトの甘辛揚げ ★保育乳	鶏もも肉 豆腐 ツナ缶 わかめ	精白米 強化米 （鉄） じゃが芋	ほうれん草 人参 コーン缶 たけのこ（水煮） えのきたけ ねぎ バナナ みかん缶 パイ
6 土	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 白菜スープ 果物				◇	＊＊＊ はちゃ棒 ★保育乳	豆腐 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米 （鉄）	生しいたけ 人参　玉ねぎ たけのこ（水煮） ニラ　きゅうり 白菜 コーン
8 月	ごはん チキンゴマ焼き 人参シリシリー さつま芋のコロコロ揚げ みそ汁　果物					米せんべい お麩ラスク ▲◇ ★保育乳	鶏もも肉 ベーコン ツナ缶 わかめ	精白米 強化米 （鉄） 白ゴマ さつま芋	人参 ブロッコリー （冷） もやし 大根 ねぎ ネーブル
9 火	たけのこごはん 鮭のもみじ焼き こんにゃくのソテー レタスのスープ 果物				◇	バナナ マシュマロサンド ★▲◇ ★保育乳	鶏もも肉 鮭 豆腐	精白米 強化米 （鉄） じゃが芋	たけのこ（水煮） 干しいたけ ねぎ 人参 糸こんにゃく 小松菜 レタス えのきたけ
10 水	マージンごはん レバーのかりん揚げ きんぴらごぼう スライストマト みそ汁　果物				◇	米せんべい シナモントースト ★▲ ★保育乳	豚レバー 竹小町 油揚げ わかめ	精白米 もちきび 白ゴマ	ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ ほんしめじ トマト 白菜 ネーブル
11 木	三色ごはん ポテトサラダ もずくスープ 果物 旧3月3日（ハマウイ）（浜下り）				◇	バナナ サンガチグヮーシィー 三月菓子 ●▲ ★保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 もずく 豆腐	精白米 強化米 （鉄） じゃが芋 黒ゴマ	人参 ほうれん草 桃、パイン缶 レーズン Hコーン缶 えのきたけ ねぎ ネーブル
12 金	沖縄そば 切干大根のゴマ酢あえ ブロッコリー 果物			▲		米せんべい 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 （茹） 白ゴマ	刻み昆布 ねぎ 切干大根 人参 ごぼう きゅうり ブロッコリー バナナ
13 土	豚肉のみそどんぶり スティックきゅうり ゆし豆腐汁 果物				◇	＊＊＊ 亀の甲せんべい ▲ ★保育乳	豚もも薄切り肉 ゆし豆腐	精白米 強化米 （鉄）	人参 チンゲン菜 玉ねぎ きゅうり ねぎ ネーブル
15 月	わかめごはん チキン照り焼き 春雨の中華炒め みそ汁 果物					米せんべい ちんすこう ▲ ★保育乳	わかめ 鶏もも肉 豚肩ロース	精白米 強化米 （鉄） 白ゴマ 春雨	玉ねぎ 人参 たけのこ（水煮） キャベツ しめじ さやいんげん えのきたけ
16 火	ロールパン（卵不使用） 魚フライ（卵不使用） マカロニサラダ ポテトスープ 果物		★	▲ ▲		バナナ しらすおにぎり ★保育乳	白身魚 ベーコン しらす干し	◎ロールパン（超熟） マカロニ じゃが芋	パイン缶 人参 りんご レーズン きゅうり えのきたけ ほうれん草 ネーブル
17 水	マージンごはん 豚大根のみそ煮 ひじきサラダ そうめん汁 果物			▲ ▲		米せんべい ゴマ風味焼き菓子 ●★▲ ★保育乳	豚肩ロース 干ひじき 竹小町	精白米 強化米 （鉄） もちきび そうめん	大根　人参 糸こんにゃく きゅうり Hコーン缶 ねぎ りんご
18 木	お弁当					バナナ Caウエハース ●★▲ グレープゼリー 麦茶	◇豆腐 竹小町 ハム 白身魚	精白米 黒米 強化米 （鉄） 春雨	人参 さやいんげん ねぎ きゅうり 大根 ほうれん草 ネーブル
19 金	チキンカレー ボイルウィンナー ヨーグルトサラダ レタスのスープ 食育の日		★ ★	▲		米せんべい 蒸し芋（焼き芋） ★保育乳	鶏もも肉 ウィンナー	精白米 強化米 （鉄） じゃが芋	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン バナナ みかん缶 レタス 玉ねぎ えのきたけ
20 土	もずくどんぶり 白菜のおかかあえ みそ汁 果物				◇	＊＊＊ げんまい棒 ★保育乳	もずく 豚ひき肉 豆腐	精白米 強化米 （鉄）	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 白菜 大根　ねぎ ネーブル
22 月	マージンごはん 納豆みそ 鶏肉のマーマレード焼き 人参シリシリー 白菜スープ　果物				◇	米せんべい ココア蒸しパン ★▲ ★保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 鶏もも肉 竹小町 わかめ	精白米 強化米 （鉄） もちきび 白ゴマ	人参　ねぎ ブロッコリー もやし 白菜 えのきたけ ネーブル
23 火	豚肉ビビンバ フライドポテト キャベツのスープ 果物					バナナ キャロットサンド ★▲ ★はっ酵乳	豚もも薄切り肉 鶏ささみ ツナ缶	精白米 強化米 （鉄） 白ゴマ じゃが芋	Hコーン缶 ほうれん草 もやし 人参 キャベツ コーン缶 赤ピーマン りんご
24 水	黒米ごはん 豆腐ハンバーグ（照り焼き風） 切干大根のイリチー 温サラダ みそ汁　果物		★	▲	◇	米せんべい ヨーグルトブレッド ★▲ ★保育乳	豆腐 豚ひき肉 ツナ缶 わかめ	精白米 黒米 強化米 （鉄）	玉ねぎ 干大根 かんぴょう 人参 トマト 糸こんにゃく コーン缶 バナナ ブロッコリー
25 木	五目うどん かぼちゃのコロコロ揚げ キャベツのツナマヨあえ 果物			▲		米せんべい わかめおにぎり ★保育乳	鶏もも肉 ツナ缶	茹うどん	ごぼう 人参　ねぎ かぼちゃ キャベツ きゅうり ネーブル
26 金	ごはん さばのゴマだれ焼き きんぴらごぼう（カレー風味） 青のりポテト みそ汁　果物				◇	バナナ オートミールスナック ◇ ★保育乳	さば（生） 鶏もも肉 もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米 （鉄） 白ゴマ じゃが芋	ごぼう 人参 さやいんげん 白菜 りんご レーズン
27 土	お弁当					＊＊＊ タンナファクルー ●▲ ★保育乳	ツナ缶 竹小町 豚肉	精白米 強化米 （鉄）	人参　ニラ 干しいたけ トマト きゅうり 大根 昆布 ねぎ ネーブル
30 火	ハヤシライス スティックきゅうり コーンスープ 果物			▲		米せんべい 黒糖アガラサー ▲ ★保育乳	豚肩ロース	精白米 強化米 （鉄） じゃが芋 白ゴマ	玉ねぎ 人参 GP きゅうり コーン缶 白菜 ネーブル