



◇◇ 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。

令和6年5月

アレルゲン表示

★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				おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルゲン				おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)		
		●	★	▲	◇		あか	きいろ	みどり			●	★	▲	◇		あか	きいろ	みどり
1	ごはん 魚のタルタル焼き ひじきの五目煮 スライスマト みそ汁 果物					米せんべい サクサクさつま芋 ★保育乳	鮭 干ひじき 竹小町 油揚げ 豆腐	精白米 強化米 (鉄) さつま芋	玉ねぎ 人 参 糸こんにゃく GP ニラ トマト えのきたけ ねぎ りんご	18	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 果物				*** げんまい棒 ★保育乳	鶏ささみ 豆腐 わかめ	精白米 強化米 (鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人 参 GP きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル	
2	タコライス ゴマじゃが スティックきゅうり 春雨スープ 果物	★				米せんべい こいのぼりクッキー ●★▲ ★保育乳	豚ひき肉 ピザチーズ 鶏ささみ	精白米 強化米 (鉄) じゃが芋 白すりごま 春雨	玉ねぎ 人 参 レタス トマト ブロッコリー きゅうり 赤ピーマン 白菜 パナナ	20	もずくどんぶり かみかみごぼう ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁 果物			米せんべい ちんびん ▲ ★保育乳	もずく 豚ひき肉 ツナ缶 油揚げ	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ	ピーマン Hコーン缶 ごぼう 人 参 ブロッコリー へちま ねぎ ネーブル		
7	キーマカレー ポイルウィンナー カリカリきゅうり もずくスープ 果物	★	▲			米せんべい お麩ラスク ▲◇ ★保育乳	鶏ひき肉 ウィンナー (卵不使 用) もずく	精白米 強化米 (鉄) じゃが芋 白ゴマ 麩	人参 玉ね ぎ コーン缶 GP ピーマ ン トマト缶 きゅうり たけのこ	21	肉みそうどん ほうれん草の白あえ フライドポテト 果物		▲	◇ バナナ いなり寿司 ◇ ★保育乳	豚肩ロース 油揚げ 豆腐 竹小町	茹うどん 白ゴマ じゃが芋	ごぼう ねぎ ほうれん草 人 参 ネーブル		
8	黒米ごはん 豚肉のしょうが焼き ゴーヤーの揚げ煮 みそ汁 果物 ゴーヤーの日					バナナ ジャムサンド ★▲ ★保育乳	豚肩ロース 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米 (鉄) 白ゴマ 黒ゴマ	人参 玉ね ぎ しめじ にがうり 大根 ねぎ ネーブル	22	黒米ごはん 鶏肉のさっぱり煮 こんにゃくのソテー コーンスープ 果物			米せんべい ミニマドレーヌ ●★▲ ★保育乳	鶏もも肉 豚肩ロース	精白米 黒米 強化米 (鉄)	糸こんにゃく 人参 玉ねぎ 小松菜 コーン缶 えのきたけ バナナ		
9	スパゲティミートソース キャベツのおかかあえ コーンスープ 果物			▲		米せんべい ツナマヨおにぎり ★保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 ハム	スパゲティ	人参 玉ね ぎ トマト セロリ ピーマン キャベツ きゅ うり コーン缶 ほうれん草	23	マージンごはん さばのゴマだれ焼き 人参シリシリー(ゴーヤー入り) きゅうりの甘酢あえ もずくスープ 果物			米せんべい あんサンド ★▲ ★保育乳	さば 豚肉 鶏ささみ もずく	精白米 強化米 (鉄) もちきび 白ゴマ	人参 ブロッコリー にがうり もやし きゅうり 白菜 ねぎ りんご		
10	炊き込みごはん 魚の竜田揚げ こんにゃくのソテー ゆし豆腐汁 果物					バナナ 玄米フレークスナック ▲◇ ★保育乳	鶏もも肉 干ひじき 白身魚 鶏ささみ ゆし豆腐	精白米 強化米 (鉄)	人参 玉ね ぎ ごぼう 糸こんにゃく Hコーン缶 小松菜 ねぎ りんご	24	のりごはん 豚大根のみそ煮 芋とひじきのサラダ ゆし豆腐汁 果物		▲	◇ バナナ くずもち ◇ ★保育乳	豚肩ロース 干ひじき ゆし豆腐	精白米 強化米 (鉄) さつま芋	大根 人参 糸こんにゃく ねぎ ネーブル		
11	豚焼肉どんぶり きゅうりのごまあえ みそ汁 果物					*** はちや棒 ★保育乳	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ ごま	玉ねぎ 人 参 ピーマン きゅうり とうがん ねぎ ネーブル	25	~お弁当~ 果物			*** 亀の甲せんべい ▲ ★保育乳					
13	マージンごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきの煮物 スライスマト 魚のみそ汁 果物					米せんべい ココア蒸しパン ★▲ ★保育乳	鶏もも肉 干ひじき 油揚げ 白身魚	精白米 強化米 (鉄) もちきび	人参 玉ね ぎ さやいんげ ん トマト 大根 ねぎ ネーブル	27	黒米ごはん チキン照り焼き 春雨の中華炒め スライスマト みそ汁 果物			米せんべい オートミールスナック ◇ ★保育乳	鶏もも肉 竹小町 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米 (鉄) 春雨	玉ねぎ たけのこ 人参 しめじ キャベツ さやいんげ ん トマト へち ま		
14	ロールパン ハンバーグ フライドポテト 温サラダ かぼちゃスープ 果物	★	▲			バナナ みそおにぎり 麦茶	豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン	ロールパン (超熟) じゃが芋 パン粉(卵 不使用)	玉ねぎ ブロッコリー キャベツ コーン缶 かぼちゃ 玉ねぎ りんご	28	マージンごはん レバーフライ 昆布イリチー トマトサラダ みそ汁 果物		▲	◇ バナナ マシュマロサンド ★▲◇ ★保育乳	豚レバー 豚肩ロース 油揚げ	精白米 強化米 (鉄) もちきび	刻み昆布 かんぴょう 人参 トマト 糸こんにゃく レタス きゅ うり 大根 ねぎ ネーブル		
15	のりごはん 豚肉のゴマ焼き ほうれん草のソテー スティックきゅうり そうめん汁 果物			▲		米せんべい オレンジゼリー ▲クラッカー(市販) ★保育乳	豚もも肉 ベーコン ツナ缶	精白米 強化米 (鉄) 黒ゴマ そうめん	ほうれん草 もやし Hコーン缶 きゅうり ねぎ ネーブル	29	沖縄そば ゴマじゃが スティックきゅうり 果物		▲	米せんべい 青菜おにぎり ★保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	沖縄そば (茹) じゃが芋 白すりごま	刻み昆布 ねぎ ブロッコリー 人参 きゅうり ネーブル		
16	~お弁当~					バナナ パン ★▲ ★保育乳				30	黒米ごはん 魚のパン粉焼き きんぴらごぼう(カレー風味) ブロッコリー もずくスープ 果物			米せんべい 蒸し芋(焼き芋) ◇ ★保育乳	白身魚 鶏もも肉 もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米 (鉄)	ごぼう 人参 さやいんげ ん ブロッコリー たけのこ ねぎ バナナ		
17	黒米ごはん とうがんのそぼろ煮 ブロッコリーとトマトのごまあえ イナムドウチ 果物					米せんべい 大学芋 ★保育乳	豚ひき肉 豚肩ロース 豚三枚肉 カステラカマ ポコ	精白米 黒米 強化米 (鉄) 練りごま	とうがん GP ブロッコリー トマト 干しいたけ ねぎ バナナ	31	ごはん 納豆みそ さばのりんごソースかけ かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 果物			◇ バナナ せんべい ▲ ★ココアプリン	ひきわり納豆 ツナ缶 さば 豚ひき肉 豚肉 わかめ	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ	玉ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ 大根 ねぎ ネーブル		