



◇◇ 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 7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			午後のおやつ (1~5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルゲン			午後のおやつ (1~5歳児)	おもな材料(昼食)			
		●	★	▲		卵	乳	小麦			大豆	●	★		▲	卵	乳	小麦
1月	黒米ごはん 豚肉のみそ焼き こんにやくのソテー フライドポテト すまし汁 果物				おにぎり ▲◇ ★保育乳	豚肩ロース 鶏ささみ わかめ	精白米 黒米 強化米 (鉄) じゃが芋	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにやく Hコーン缶 小松菜 ねぎ えのきたけ	17水	マージンごはん 麻婆豆腐(冬瓜入り) さつま芋のコロコロ揚げ 中華スープ バナナヨーグルト添え			◇	ミニマドレーヌ ▲◇ ★保育乳	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米 (鉄) もちきび さつま芋 春雨	生しいたけ とうがん 人参 長ネギ チンゲン菜 キャベツ Hコーン缶	
2火	ひじきごはん 魚の照り焼き マカロニサラダ みそ汁 果物			▲	サーターアンドン ●▲ ★保育乳	鶏もも肉 干ひじき 白身魚	精白米 強化米 (鉄) マカロニ 白ゴマ	人参 ごぼう パイン缶 きゅうり とうがん ネーブル	18木	マージンごはん レバーの竜田揚げ 人参シリシリ(ゴーヤー入り) もずくの酢物 みそ汁 果物			◇	ジャムサンド ★▲ ★保育乳	豚レバー 竹小町 もずく 油揚げ	精白米 もちきび 白ゴマ	人参 もやし ブロッコリー にがうり オクラ とうがん ねぎ スイカ	
3水	マージンごはん 納豆みそ 鶏肉のマーレード焼き 人参シリシリ もずくの酢物 果物				マシュマロサンド ★▲◇ ★保育乳	ひきわり納豆 鶏もも肉 竹小町 ツナ缶 もずく	精白米 強化米 (鉄) もちきび 白ゴマ じゃが芋	人参 ブロッコリー もやし きゅうり コーン缶 赤ピーマン えのきたけ	19金	冷やし中華 パンブキンサラダ みそ汁 果物			▲	◇	いなり寿司 ◇ ★保育乳	ハム 鶏ささみ 豆腐 わかめ	◎中華めん (茹で) すりごま じゃが芋 精白米 強化米 (鉄) キャベツ	コーン缶 きゅうり かぼちゃ へちま ねぎ りんご
4木	マージンごはん 豚肉のしょうが焼き ゴーヤーの揚げ煮 ゴマじゃが みそ汁 果物				おにぎり ▲◇ ★保育乳	豚肩ロース 豆腐 わかめ	精白米 強化米 (鉄) もちきび ゴマ じゃが芋	ピーマン 玉ねぎ にがうり 大根 ねぎ バナナ	20土	鶏肉のあんかけ丼 きゅうりの中華風 コーンスープ 果物					げんまい棒 ★保育乳	鶏もも肉	精白米 強化米 (鉄)	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ GP コーン 缶 きゅうり キャベツ
5金	七夕寿司 ハンバーグ 人参グラッセ トマトサラダ そうめん汁 果物			★	お星様クッキー ●★▲ たなばたゼリー	鮭フレーク 豚ひき肉 牛ひき肉	精白米 そうめん	人参 コーン缶 玉ねぎ トマト ブロッコリー きゅうり スイカ	22月	黒米ごはん 豚肉のしょうが焼き 春雨とひき肉の炒め みそ汁 果物			◇	黒糖アガラサー ▲ ★保育乳	豚肩ロース 豚ひき肉 油揚げ わかめ	精白米 黒米 強化米 (鉄) 春雨 じゃが芋 白ゴマ	ピーマン 玉ねぎ 人参 ニラ チンゲン菜 たけのこ 干しいたけ ネーブル	
6土	クファージュシー コーンサラダ 豚汁 果物				亀の甲せんべい ▲ ★保育乳	ツナ缶 ハム 豚肉	精白米 強化米 (鉄)	人参 ニラ 干しいたけ コーン缶 キャベツ きゅうり とうがん 昆布 ネギ	23火	ロールパン 鮭のポテト焼き マカロニサラダ パンブキンスープ 果物		★	▲	▲	おなかおにぎり ★▲ 麦茶	鮭 鶏ささみ	◎ロールパン (超熟) マッシュポテト(乾) ▲マカロニ じゃが芋 精白米 強化米 (鉄)	◎コーン缶 パイン缶 人参 玉ねぎ りんご きゅうり かぼちゃ キャベツ
8月	マージンごはん 鶏肉のさっぱり煮 ひじきの五目煮 ブロッコリー みそ汁 果物				わかめおにぎり ◇ ★保育乳	鶏もも肉 干ひじき 竹小町 油揚げ	精白米 強化米 (鉄) もちきび	人参 ねぎ 糸こんにやく ニラ 大根 ブロッコリー えのきたけ りんご	24水	もずくどんぶり 豆腐のかき揚げ(ゴーヤー) スティックきゅうり(マヨ) みそ汁(とうがん) 果物		●	▲	◇	Caせんべい ▲◇ ●★アイスクリーム	もずく 豚ひき肉 豆腐 竹小町 卵	精白米 強化米 (鉄)	ピーマン コーン缶 人参 ねぎ にがうり きゅうり とうがん バナナ
9火	スパゲティナポリタン ゴマじゃが きゅうりの甘酢あえ コーンスープ 果物			▲	大学芋 ★保育乳	豚ひき肉 ウィンナー	スパゲティ じゃが芋 白すりごま	玉ねぎ 人参 白菜 ピーマン きゅうり コーン缶 ネーブル	25木	豚肉ビビンバ くずきりの甘酢あえ もずくスープ 果物				おにぎり ★▲ ★保育乳	豚もも薄切 り肉 わかめ ハム もずく 白身魚 ツナ缶	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ くずきり	Hコーン缶 ほうれん草 もやし 人参 きゅうり えのきたけ ねぎ りんご	
10水	マージンごはん 焼きさば(カレー風味) 春雨の中華炒め みそ汁 果物			▲	人参ケーキ ▲◇ ★保育乳	さば 豚もも肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米 (鉄) もちきび 春雨	たけのこ 人参 キャベツ しめじ さやいんげん なす ねぎ	26金	ごはん 鶏のから揚げ きんぴらごぼう ブロッコリー(マヨ) みそ汁 果物			◇	ヒラヤーチー ●▲ ★保育乳	鶏もも肉 竹小町 わかめ ハム	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ	ごぼう 人参 ニラ 糸こんにやく ほんしめじ ブロッコリー なす ねぎ スイカ	
11木	三色ごはん 大根サラダ ゆし豆腐汁 果物				ちんぴん ▲ ★保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 ツナ缶 ゆし豆腐	精白米 強化米 (鉄)	人参 小松菜 大根 きゅうり ねぎ スイカ	27土	ドライカレー きゅうりの中華風 白菜スープ 果物					塩芋けんぴ ★保育乳	豚ひき肉 ベーコン	精白米 強化米 (鉄)	玉ねぎ 人参 ピーマン トマト缶 ブロッコリー 白菜 コーン 缶
12金	黒米ごはん 揚げ鶏のケチャップあん 昆布イリチー モーウイのツナあえ みそ汁 果物				おにぎり ◇ ★保育乳	鶏もも肉 かまぼこ ツナ缶 わかめ	精白米 黒米 強化米 (鉄)	刻み昆布 かんぴょう 人参 きゅうり 糸こんにやく モーウイ えのきたけ	29月	豚丼 フライドポテト スティックきゅうり みそ汁 果物			◇	ホットケーキ ▲◇ ★保育乳	豚肩ロース 豆腐 わかめ	精白米 強化米 (鉄) じゃが芋	玉ねぎ ほうれん草 えのきたけ 人参 しめじ きゅうり 大根 ねぎ ネーブル	
13土	～お弁当～				はちや棒 ★保育乳	鶏ささみ	精白米 強化米 (鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり たけのこ えのきたけ ねぎ ネーブル	30火	マージンごはん さばのゴマだれ焼き 豚肉と春雨の炒め スライスマト みそ汁 果物			◇	みそおにぎり ★保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	▲沖縄そば (茹で) じゃが芋 白すりごま 精白米 強化米 (鉄)	刻み昆布 ねぎ キャベツ トマト ブロッコリー バナナ	
16火	夏野菜カレー カリカリきゅうり コーンスープ 果物			★	オートミールスナック ◇ ★保育乳	鶏ささみ	精白米 強化米 (鉄) じゃが芋 白ゴマ	人参 なす 玉ねぎ へちま ピーマン きゅうり コーン缶 えのきたけ	31水	沖縄そば 温サラダ ゴマじゃが 果物			▲	蒸し芋 ★保育乳	さば 豚もも肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米 (鉄) もちきび 白ゴマ 春雨 さつま芋	人参 チンゲン菜 たけのこ 干しいたけ トマト えのきたけ スイカ	