令和6年11月　**アレルゲン表示**

◇◇　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	午後のおやつ （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 金	マージンごはん 揚げ鶏のケチャップあん ひじきの五目煮 白菜スープ 果物				◇	ホットケーキ ▲◇ ★ 保育乳	鶏胸肉 干ひじき ちくわ	精白米 強化米 （鉄） もちきび	人参 糸こんにゃく さやいんげん 白菜 コーン缶 赤ピーマン チンゲン菜
2 土	豚の焼肉どんぶり フライドポテト わかめスープ 果物					げんまい棒 ★ 保育乳	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米 （鉄） 白ゴマ じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン えのきたけ ねぎ みかん
5 火	チキンカレー（強化米） カリカリきゅうり すまし汁 果物		★	▲	◇	小倉ブレッド ▲◇ ★ 保育乳	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米 （鉄） じゃが芋 白ゴマ	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン きゅうり たけのこ えのきたけ ねぎ 桃缶
6 水	スパゲティミートソース 芋スティック コーンスープ 果物			▲	◇	いなり寿司 ◇ ◇豆乳	牛ひき肉 豚ひき肉	▲スパゲティ さつま芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン コーン缶 白菜 みかん
7 木	マージンごはん 豆腐ナゲット きんぴらごぼう ブロッコリー（マヨ） もずくスープ　果物			▲	◇	ココアプリン ★◇ 亀の甲せんべい	鶏ひき肉 豆腐 鶏もも肉 もずく	精白米 強化米 （鉄） もちきび 黒ゴマ	玉ねぎ ごぼう 人参 しめじ ブロッコリー たけのこ ねぎ みかん
8 金	クファジューシー 魚の竜田揚げ 拌三絲（バンサンスー） みそ汁 果物				◇	おにぎり ◇豆乳	ツナ缶 白身魚 ハム 油揚げ わかめ	精白米 強化米 （鉄） 春雨	人参 干しいたけ ニラ きゅうり 大根 ねぎ 柿
9 土	鶏肉のあんかけ丼 きゅうりの甘酢あえ ゆし豆腐汁 果物				◇	はちゃ棒 ★ 保育乳	鶏もも肉 わかめ ゆし豆腐	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 みかん
11 月	のりごはん（強化米入り） 洋風肉じゃが ひじきサラダ 魚のみそ汁 果物				◇	おにぎり ◇豆乳	豚肉 干ひじき ハム 白身魚	精白米 強化米 （鉄） じゃが芋 白ゴマ	人参 玉ねぎ チンゲン菜 きゅうり コーン缶 大根　ねぎ みかん
12 火	マージンごはん レバーの竜田揚げ 切干大根のイリチー トマトサラダ みそ汁　果物				◇	オートミールスナック ◇ ★固形ヨーグルト	豚レバー 鶏ささみ 豆腐 わかめ	精白米 強化米 （鉄） もちきび 白ゴマ	切干大根 かんぴょう 人参 こん にゃく トマト レタス きゅうり えのきたけ ねぎ りんご
13 水	ロールパン マカロニグラタン ブロッコリーサラダ ポテトスープ 果物		★ ★	▲ ▲	◇	みそおにぎり ◇豆乳	鶏もも肉 調製豆乳 ハム ベーコン	◎ロールパン（超熟） ▲マカロニ じゃが芋 精白米 強化米 （鉄）	玉ねぎ ブロッコリー （冷） Hコーン缶 えのきたけ ほうれん草 （冷） 人参
14 木	黒米ごはん 鮭のみそマヨ焼き チンゲン菜炒め もずくの酢物 そうめん汁　果物			▲		蒸し芋 ★ 保育乳	鮭 ちくわ もずく	精白米 黒米 強化米 （鉄） 白ゴマ ▲そうめん さつま芋	チンゲン菜 人参 しめじ 玉ねぎ きゅうり ねぎ 柿
15 金	♪　七五三お祝い御膳　♪ 祝寿司 豆腐のつくね　フライドポテト ブロッコリー添え 花麩のスープ　果物			▲ ▲	◇	赤まんじゅう ▲ りんごジュース	鮭フレーク 豆腐 干ひじき 鶏ひき肉 調製豆乳	精白米 強化米 （鉄） じゃが芋	人参 Hコーン缶 玉ねぎ 赤ピーマン ブロッコリー 大根 みかん パイン缶

日 曜	献立名	アレルゲン ●卵	★乳	▲小麦	◇大豆	午後のおやつ （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
16 土	～お弁当～					せんべい ▲ ★ 保育乳			
18 月	マージンごはん 豚肉のみそ焼き ごまかぼちゃ キャベツのツナあえ すまし汁					黒糖アガラサー ▲ ★ 保育乳	豚肩ロース ツナ缶 わかめ	精白米 強化米 （鉄） もちきび 白ゴマ	赤ピーマン 玉ねぎ かぼちゃ キャベツ きゅうり たけのこ えのきたけ ねぎ みかん
19 火	黒米ごはん さばのりんごソースかけ こんにゃくのソテー みそ汁 果物				◇	シナモントースト ★▲ ★ 保育乳	さば 豚肩ロース 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米 （鉄）	玉ねぎ 糸こんにゃく 人参 コーン缶 ほうれん草 なす ねぎ パイン缶
20 水	沖縄そば かぼちゃのコロコロ揚げ 大根サラダ 果物			▲		わかめおにぎり ◇豆乳	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	沖縄そば	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ 大根 人参 きゅうり 梨
21 木	～お弁当～					せんべい ヤクルト			
22 金	ドライカレー 春雨サラダ 中華スープ（魚入り） 果物				◇	焼き芋 ★ 保育乳	豚ひき肉 ハム 白身魚	精白米 強化米 （鉄） 春雨 さつま芋 黒ゴマ	玉ねぎ 人参 ピーマン トマト缶 もやし きゅうり チンゲン菜 コーン缶 み
25 月	もずくどんぶり かみかみごぼう 白菜スープ（三色） 果物					おにぎり ◇豆乳	もずく 豚ひき肉 ベーコン	精白米 強化米 （鉄） 白ゴマ	ピーマン 赤ピーマン コーン缶 ごぼう 白菜 ブロッコリー 人参　みかん
26 火	マージンごはん 魚のタルタル焼き 春雨の中華炒め みそ汁 果物				◇	あんサンド ★▲ ★ 保育乳	白身魚 豚もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米 （鉄） もちきび 春雨 じゃが芋	玉ねぎ たけのこ 人参 赤ピーマン キャベツ しめじ さやいんげん
27 水	ごはん　納豆みそ 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリー そうめん汁 果物			▲	◇	干し芋 ★ 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肩ロース ちくわ	精白米 強化米 （鉄） そうめん	人参 ブロッコリー 玉ねぎ もやし ねぎ みかん
28 木	ごはん（強化米入り） 鶏肉のさっぱり煮 昆布イリチー ブロッコリー（マヨ） 春雨スープ			▲		玄米フレークスナック ▲◇ ★ 保育乳	鶏もも肉 かまぼこ 豚もも肉	精白米 強化米 （鉄） 春雨	刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ブロッコリー たけのこ 白菜　みかん
29 金	焼きそば ボイルウィンナー スティックきゅうり ゆし豆腐汁 果物			▲	◇	肉みそおにぎり ◇豆乳	豚もも肉 ウィンナー ゆし豆腐	焼きそばめん	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり ねぎ 柿
30 土	～～　親子ウォークラリー　～～								