



◇◇ 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12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)								
		●	★	▲		◇	あか	きいろ			みどり	●	★		▲	◇	あか	きいろ	みどり				
		卵	乳	小麦	大豆	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする			卵	乳	小麦	大豆	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする						
2月	ハヤシライス きゅうりの中華風 豆腐ともずくのスープ 果物				▲◇					16月	ごはん 納豆みそ 肉じゃが 豆腐と大根汁 果物								ひきわり納豆 ツナ缶 豚肉 絹ごし豆腐 わかめ	精白米強化米(鉄) 白ゴマ じゃが芋	糸こんにやく 玉ねぎ 人参 GP しめじ 大根 ほうれん草 みかん	★ 保育乳	
3火	のりごはん 豆腐ハンバーグ(照り焼き風) ゴマじゃが ブロッコリーとツナのサラダ 春雨スープ 果物				▲◇					17火	五目うどん かぼちゃのコロコロ揚げ きゅうりの中華あえ 果物			▲					鶏もも肉 わかめ ツナ缶	茹うどん	ごぼう 人参 ねぎ かぼちゃ きゅうり コーン缶 みかん	★ 保育乳	
4水	豚肉ビビンバ 中華風サラダ みそ汁 果物				◇					18水	黒米ごはん チキン照り焼き 野菜チャンプルー マカロニサラダ もずくスープ 果物								鶏もも肉 ちくわ 豆腐 もずく	精白米 黒米 強化米(鉄) マカロニ	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし ニラ みかん缶 きゅうり えのきたけ ねぎ 柿	★ 保育乳	
5木	黒米ごはん 魚のもみじ焼き こんにやくのソテー スティックきゅうり みそ汁 果物									19木	～お弁当～ 食育の日											せんべい ヤクルト	
6金	スパゲティミートソース 芋とひじきのサラダ 野菜スープ 果物				▲◇					20金	マージンごはん 揚げ魚のケチャップあん ひじきの五目煮 きゅうりのゴマあえ そうめん汁 果物								白身魚 干ひじき ちくわ	精白米 強化米(鉄) もちきび そうめん	人参 糸こんにやく ニラ きゅうり ねぎ りんご	★ 保育乳	
7土	マージンごはん 麻婆豆腐 ブロッコリー(マヨ) コーンスープ 果物				◇					21土	トウジンジー ほうれん草炒め みそ汁 果物 トウジンジー(冬至)								豚三枚肉 ハム 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) 里芋	ごぼう 人参 ニラ ほうれん草 コーン缶 大根 ねぎ みかん	★ 保育乳	
9月	キーマカレー キャベツのおかかあえ わかめスープ 果物	★	▲		◇					23月	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 昆布イリチー スティックきゅうり(マヨ) みそ汁 果物								鶏もも肉 ちくわ 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄)	刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにやく きゅうり かぼちゃ ねぎ みかん	★ 保育乳	
10火	のりごはん さんまのかば焼き 豆腐と野菜のみそ煮 スティックきゅうり そうめん汁 果物				▲◇					24火	もずくどんぶり ポテトサラダ ゆし豆腐汁 果物								鶏もも肉 ハム 鶏ひき肉 豆腐	精白米 強化米(鉄) ごま	人参 GP ブロッコリー 白菜 コーン缶 ピーマン いちご パイン缶	★ 保育乳	
11水	ロールパン かぼちゃのミートグラタン ポイルウィンナー スティックきゅうり(塩) 白菜スープ 果物	★	▲		▲					25水	*** クリスマスランチ *** カレーピラフ チキンナゲット ブロッコリーのゴマあえ 星人参 白菜スープ 果物								もずく 豚ひき肉 ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 人参 きゅうり パイン缶 ねぎ レーズン みかん	★ 保育乳	
12木	マージンごはん 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリー もずくの酢物 みそ汁 果物				◇					26木	黒米ごはん 鮭のみそマヨ焼き 切干大根のイリチー ブロッコリー 春雨スープ 果物								鮭 豚肉 絹ごし豆腐	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ 春雨	切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにやく ブロッコリー えのきたけ ねぎ 洋梨	★ 保育乳	
13金	ごはん レバーのゴマソースがらめ きんぴらごぼう トマトときゅうりの酢みそあえ ゆし豆腐汁 果物				◇					27金	沖縄そば ごまかぼちゃ きゅうりの甘酢あえ 果物								豚三枚肉 丸かまぼこ わかめ	沖縄そば (茹) 白ゴマ	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ きゅうり 柿 みかん	★ 保育乳	
14土	豚焼肉どんぶり きゅうりのゴマあえ みそ汁 果物				◇					28土	鶏肉のあんかけ丼 ブロッコリー みそ汁 果物								鶏もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄)	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ GP コーン缶 ブロッコリー えのきたけ みかん	★ 保育乳	