



◇◇ 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)のアレルギー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7年 4月

アレルギー表示

★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	アレルギー				午後のおやつ (1～5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルギー				午後のおやつ (1～5歳児)	おもな材料(昼食)			
		卵	乳	小麦	大豆		あか	きいろ	みどり			あか	きいろ	みどり						
							血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする						血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする			
1火	マージンごはん 鮭のタルタル焼き 人参シリシリ もずくの酢物 みそ汁 果物				◇	ココア蒸しパン ★▲ ★ 保育乳	鮭 鶏ささみ もずく 油揚げ わかめ	精白米強化米(鉄) もちきび	玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし きゅうり 大根 ねぎ ネーブル	16水	ごはん さばのりんごソースかけ 春雨の中華炒め ブロッコリーのしらすあえ 大根汁 果物			◇	お麴ラスク ▲◇ ★ 保育乳	さば(生) 豚もも肉 しらす干し 絹ごし豆腐 わかめ	精白米強化米(鉄) 春雨 麴	玉ねぎ たけのこ 人参 しめじ キャベツ さやいんげん ブロッコリー 大根 ねぎ		
2水	スパゲティミートソース ゴマじゃが スティックきゅうり 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 じゃが芋 白すりごま	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり コーン缶 白ゴマ	17木	マージンごはん 豆腐ハンバーグ(照り焼き風) ひじきの五目煮 青のりポテト 白菜スープ 果物			▲	◇	ゴマ風味焼き菓子 ▲ ★ 保育乳	豆腐 豚ひき肉 干ひじき ちくわ ベーコン	精白米強化米(鉄) もちきび じゃが芋 白ゴマ	玉ねぎ 人参 糸こんにゃく GP 白菜 ブロッコリー 赤ピーマン ネーブル	
3木	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 みそ汁 果物				◇	ちんぴん ▲ ★ 保育乳	豚肩ロース 干ひじき ちくわ 豆腐	精白米強化米(鉄)	玉ねぎ 赤ピーマン 人参 ねぎ 糸こんにゃく GP ニラ ブロッコリー えのきたけ	18金	もずくどんぶり トマトときゅうりの酢みそあえ みそ汁 果物				◇	おにぎり ★▲ ★ 豆乳	もずく 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米強化米(鉄)	ピーマン コーン缶 トマト きゅうり ごぼう 人参 ねぎ バナナ	
4金	チキンカレー きゅうりの甘酢あえ 白菜スープ 果物		★	▲	◇	はちや棒 ▲◇ ★ 保育乳	鶏もも肉 しらす干し わかめ ベーコン	精白米強化米(鉄) じゃが芋	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP 白菜 ピーマン きゅうり ブロッコリー	19土	～お弁当～				ぼたぼた焼き ▲ ★ 保育乳					
5土	鶏肉のあんかけ丼 きゅうりの中華風 みそ汁 果物					くろ棒 ●▲ ★ 保育乳	鶏もも肉 わかめ	精白米強化米(鉄)	干しいたけ 玉ねぎ 人参 Hコーン缶 きゅうり 大根 ねぎ ネーブル	21月	のりごはん 豚大根のみそ煮 ポイルウィンナー コーンサラダ レタスのスープ 果物			▲	◇	せんべい ★▲◇ ★ 保育乳	豚肩ロース ウィンナー わかめ 絹ごし豆腐	精白米強化米(鉄)	大根 人参 糸こんにゃく コーン缶 キャベツ きゅうり レタス 玉ねぎ	
7月	ごはん しらすふりかけ 鶏肉のマーレード焼き ポテトそぼろ煮 もずくスープ 果物					オートミールスナック ◇ ★ 保育乳	しらす干し 鶏もも肉 豚ひき肉 もずく	精白米強化米(鉄) 白ゴマ じゃが芋	人参 GP 大根 ほうれん草 ネーブル	22火	キーマカレー スティックきゅうり(塩) わかめスープ 果物		★	▲	◇	おにぎり ▲ ★ 豆乳	鶏ひき肉 絹ごし豆腐 わかめ	精白米強化米(鉄) じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン トマト缶 きゅうり	
8火	たけのこごはん 豚肉のみそ焼き ブロッコリーとツナのサラダ コーンスープ 果物				◇	おにぎり ◇ ★ 豆乳	鶏もも肉 油揚げ 豚もも肉 ツナ缶	精白米強化米(鉄)	たけのこ(水煮) ねぎ 赤ピーマン 玉ねぎ ブロッコリー 人参 白菜	23水	マージンごはん 鶏肉のごまみそ焼き 切干大根のイリチー ブロッコリー(マヨ) そうめん汁 果物				▲	グレープゼリー せんべい ▲◇ ★ 保育乳	鶏もも肉 ちくわ	精白米強化米(鉄) もちきび ごま そうめん	切干大根 人参 糸こんにゃく 小松菜 ブロッコリー ねぎ ネーブル	
9水	黒米ごはん 魚の照り焼き きんぴらごぼう ブロッコリー(マヨ) みそ汁 果物				◇	サーターアングギー ●▲ ★ 保育乳	白身魚 ちくわ 絹ごし豆腐 わかめ	精白米強化米(鉄) 白ゴマ	ごぼう 人参 ねぎ 糸こんにゃく ニラ GP ほんしめじ えのきたけ ブロッコリー	24木	～お弁当～				ビスケット ★ ヤクルト					
10木	三色ごはん マカロニサラダ みそ汁 果物			▲	◇	蒸し芋 ★ 保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 ハム(卵不使用) 豆腐	精白米強化米(鉄) マカロニ	人参 小松菜 りんご レーズン きゅうり 大根 ねぎ ネーブル	25金	タコライス(チーズ不使用) かみかみごぼう みそ汁 果物				◇	◇	おにぎり ▲ ★ 保育乳	豚ひき肉 豆腐 わかめ	精白米強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 レタス トマト ごぼう 大根 ねぎ ネーブル
11金	マージンごはん レバーフライ 野菜炒め ゴマじゃが もずくスープ 果物			▲		ヨーグルトブレッド ★▲ ★ 保育乳	豚レバー かまぼこ もずく	精白米もちきび じゃが芋	ほうれん草 人参 しめじ 玉ねぎ 大根 ねぎ パイン缶	26土	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 もずくスープ 果物				◇	亀の甲せんべい ▲ ★ 保育乳	豆腐 豚ひき肉 もずく	精白米強化米(鉄)	生しいたけ 人参 ニラ 玉ねぎ たけのこ きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル	
12土	クファジュシー トマトときゅうりの酢みそあえ ゆし豆腐汁 果物				◇	はちや棒 ★ 保育乳	ツナ缶 ちくわ ゆし豆腐	精白米強化米(鉄)	人参 干しいたけ ニラ トマト きゅうり ねぎ ネーブル	28月	黒米ごはん 鶏肉のさっぱり煮 人参シリシリ フライドポテト みそ汁 果物					ぜんざい ▲◇ ★ 保育乳	鶏もも肉 鶏ささみ ツナ缶 わかめ	精白米強化米(鉄) じゃが芋	人参 ブロッコリー もやし 大根 ねぎ ネーブル	
14月	ごはん 納豆みそ チキン照り焼き 人参シリシリ みそ汁 果物				◇	黒糖アガラサー ▲ ★ 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 鶏もも肉 ちくわ 油揚げ わかめ	精白米強化米(鉄) 白ゴマ	ねぎ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ 大根 ねぎ	30水	ハヤシライス スティックきゅうり(マヨ) コーンスープ 果物					ジャムサンド ★▲ ★ 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 コーン缶 白菜 ネーブル	
15火	沖縄そば かぼちゃのコロコロ揚げ きゅうりのごまあえ 果物			▲		みそおにぎり ★ 豆乳	豚肩ロース 丸かまぼこ(卵不使用) ツナ缶	沖縄そば(茹) ごま	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ きゅうり りんご											

