



令和7年10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。

◇◇ 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・魚、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、給食には使用していません。  
 ★パン・ちくわ・ベーコン・ハム・ウインナー・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)については、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。

(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 豆 豆漿 魚	午後のおやつ	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルゲン 卵 乳 小麦 大豆 豆 豆漿 魚	午後のおやつ	おもな材料(昼食)		
				あか	きいろ	みどり					あか	きいろ	みどり
1 水	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 プロッコリー(マヨ) みそ汁 果物	●★▲◇	おにぎり ▲◇ ◇豆乳	白身魚 干ひじき ちくわ 豆腐 わかめ	精白米 強化米 (鉄) もちきび	人参 糸こんにゃく GP プロッコリー 大根 ねぎ みかん	17 金	ゆし豆腐そば かぼちゃのケチャップ炒め カリカリきゅうり 果物	▲◇	沖縄そばの日	ゆし豆腐 丸かまぼこ 豚ひき肉	沖縄そば (茹) 白ゴマ	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり みかん
2 木	豚肉ピビンバ フライドポテト キャベツのスープ 果物		ココア蒸しパン ▲★ ★保育乳	豚もも肉 鶏ささみ	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ じゃが芋	コーン缶 ほうれん草 もし 人参 キャベツ えのきたけ 赤ピーマン みかん	18 土	～お弁当～	◇	げんまい棒 ★保育乳			
3 金	スペゲティミートソース スティックきゅうり(マヨ) コーンスープ 果物	▲	わかめおにぎり ★保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉	スペゲティ 精白米 強化米 (鉄)	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり コーン缶 白菜 バナナ	20 月	黒米ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 プロッコリー(マヨ) みそ汁 果物	■	おにぎり ★保育乳	豚肩ロース 干ひじき ちくわ 油揚げ	精白米 黒米 強化米 (鉄)	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく GP ニラ プロッコリー 大根 ネギ 桃缶
4 土	カレーピラフ プロッコリーのサラダ みそ汁 果物	◇	タンナファクルー ●▲ ★保育乳	鶏もも肉 ハム ツナ缶 豆腐	精白米 強化米 (鉄)	人参 GP プロッコリー えのきたけ ねぎ みかん	21 火	のりごはん かぼちゃのミートグラタン コーンサラダ 豆腐との白菜スープ 果物	★▲	さくさくクッキー ★▲ ★保育乳	豚ひき肉 ピザチーズ わかめ 豆腐	精白米 強化米 (鉄)	かぼちゃ 人参 玉ねぎ コーン缶 レタス みかん缶 白菜 プロッコリー ピーマン
6 月	マージンごはん チキン照り焼き チンゲン菜炒め もずくの酢物 みそ汁 果物	◇	十五夜 うさぎさんクッキー ▲◇ ★ジョア	鶏もも肉 ちくわ もずく 油揚げ	精白米 強化米 (鉄) もちきび じゃが芋	玉ねぎ チンゲン菜 人参 しめじ きゅうり ニラ みかん	22 水	マージンごはん 納豆みそ 豚肉のマーマレード焼き きんぴらごぼう そうめん汁	◇	黒糖アガラサー ▲◇ ★ジョア	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肩ロース ちくわ	精白米 強化米 (鉄) もちきび 白ゴマ そうめん	ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ ほんしめじ ねぎ みかん
7 火	三色ごはん かみかみごぼう 白菜スープ 果物	◇	おにぎり ▲◇ ★保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ	人参 小松菜 ごぼう 白菜 コーン缶 プロッコリー りんご	23 木	ロールパン 揚げ鶏のケチャップあん マカロニサラダ ポテトスープ 果物	★▲	おにぎり ◇ ◇豆乳	鶏もも肉 ベーコン	ロールパン 白ゴマ マカロニ じゃが芋	パイン缶 人参 りんご レーズン えのきたけ ほうれん草 梨
8 水	秋の香り混ぜごはん さばのゴマだれ焼き 切干大根のゴマ酢あえ そうめん汁 果物	◇	ヒラヤーチー ▲ ★保育乳	鶏もも肉 油揚げ さば 鶏ささみ	精白米 強化米 (鉄) さつま芋 そうめん	干しいたけ GP 人参 切り干大根 きゅうり ごぼう ねぎ 梨	24 金	芋ごはん 魚の照り焼き 昆布イリチー トマトサラダ みそ汁 果物	■	メープル蒸しパン ▲◇ ★保育乳	白身魚 豚三枚肉 豆腐	精白米 強化米 (鉄) さつま芋 黒ゴマ 白ゴマ	刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく トマト レタス きゅうり 大根 バナナ
9 木	黒米ごはん 豆腐ハンバーグ 人参シリシリ みそ汁 果物	▲◇	ジャムサンド ▲ ★保育乳	豆腐 豚ひき肉 ちくわ わかめ	精白米 黒米 強化米 (鉄)	玉ねぎ 人参 プロッコリー 大根 ねぎ みかん	25 土	ごはん 麻婆豆腐 プロッコリー(マヨ) わかめスープ 果物	◇	はちや棒 ★保育乳	豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米 (鉄)	しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ プロッコリー レタス みかん
10 金	マージンごはん レバーのかりん揚げ かぼちゃの煮物 大根サラダ コーンスープ 果物	◇	おにぎり ▲ ★保育乳	豚レバー ツナ缶	精白米 強化米 (鉄) もちきび 白ゴマ	かぼちゃ 大根 人参 きゅうり コーン缶 えのきたけ みかん	27 月	黒米ごはん 肉じゃが 拌三絲(パンサンスー) みそ汁 果物	◇	おにぎり ▲ ◇豆乳	豚肉 ハム わかめ	精白米 黒米 強化米 (鉄) じめじ きゅうり 大根 ねぎ みかん	糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 GP しめじ きゅうり 大根 ねぎ みかん
11 土	もずくどんぶり プロッコリー(マヨ) みそ汁 果物	◇	亀の甲せんべい ▲ ★保育乳	もずく 豚ひき肉 豆腐	精白米 強化米 (鉄)	ピーマン コーン缶 プロッコリー キャベツ ねぎ みかん	28 火	マージンごはん 肉みそ豆腐 人参シリシリ フライドポテト 白菜スープ	◇	蒸し芋 ▲◇ ★保育乳	厚揚げ 豚ひき肉 鶏ささみ ツナ缶 わかめ	精白米 強化米 (鉄) もちきび じゃが芋	玉ねぎ 人参 プロッコリー もやし 白菜 えのきたけ ねぎ 梨
14 火	キーマカレー スティックきゅうり(マヨ) すまし汁 フルーツヨーグルト添え	★▲	ツナサンド ◇ りんごジュース		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 えのきたけ ねぎ パイン 缶	29 水	五目うどん ほうれん草の白あえ 果物	▲	ツナマヨおにぎり ◇豆乳	鶏もも肉 豆腐 ちくわ	茹うどん 白ゴマ	ごぼう 人参 ねぎ ほうれん草 (冷) 人参 バナナ
15 水	クファジューシー 切干大根のイリチー プロッコリーとトマトのごまあえ イナムドウチ 果物	◇	芋天ぷら ▲◇ ★保育乳	ツナ缶 鮭 ちくわ もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米 (鉄) もちきび 春雨	人参 玉ねぎ たけのこ キャベツ しめじ さやいんげん えのきたけ ねぎ みかん	30 木	マージンごはん 豚大根のみそ煮 ひじきのフレンチあえ ゆし豆腐汁 果物	▲	あんサンド ▲ ★保育乳	豚肩ロース 干ひじき ハム ゆし豆腐	精白米 強化米 (鉄) もちきび	大根 人参 糸こんにゃく きゅうり Hコーン缶 ねぎ みかん
16 木	～お弁当～		ちんぴん ▲ ★保育乳				31 金	ハロウィンライス 西京焼き かぼちゃのコロコロ揚げ スティックきゅうり(マヨ) 春雨スープ 果物	■	ハロウィン ▲◇ ★保育乳	白身魚 鶏ささみ	精白米 強化米 (鉄) 春雨	人参 かぼちゃ きゅうり たけのこ(水 煮) 白菜 桃缶