



令和7年 12月

アレルギー表示

◇◇ 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・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)については、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。

★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	おもな材料(昼食)		
		卵	乳	小麦	大豆	魚		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
1月	ごはん 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のナムル みそ汁(大根) 果物				◇		おにぎり ▲◇ ◇ 豆乳	豚肩ロース 油揚げ わかめ	精白米 白ゴマ	赤ピーマン 玉ねぎ ほうれん草(冷) 人参 きゅうり 大根 ねぎ みかん
2火	マージンごはん 豆腐のかき揚げ(卵不使用) 拌三絲(パンサンスー) みそ汁(白菜) 果物				◇ ■		げんまい棒 ★▲ ★ 保育乳	豆腐 ちくわ ハム 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 春雨	人参 ねぎ 人参 きゅうり 白菜 りんご
3水	スパゲティミートソース きゅうりの甘酢あえ ポテトスープ 果物			▲	◇		わかめおにぎり ◇ 豆乳	牛ひき肉 豚ひき肉 しらす干し わかめ ベーコン	スパゲティ じゃが芋 精白米 強化米(鉄)	人参 トマト 玉ねぎ セロリ ピーマン きゅうり えのきたけ 小松菜 パナナ
4木	黒米ごはん さばのりんごソースかけ 人参シリシリ(豆腐) みそ汁(えのきたけ) 果物					■	蒸し芋 ▲◇ ★ 保育乳	さば 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄)	玉ねぎ 人参 ブロッコリー(冷) もやし コーン缶 えのきたけ ねぎ みかん
5金	マージンごはん レバーの竜田揚げ きんぴらごぼう もずくスープ 果物						ジャムパン ▲◇ ★ ジョア	豚レバー 豚肩ロース もずく 調製豆乳	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	ごぼう 人参 糸こんにやく ニラ GP ほんしめじ 白菜 ねぎ ねぎ
6土	鶏肉のあんかけ丼 スティックきゅうり ゆし豆腐汁 果物				◇		バナナ ★ 保育乳	鶏もも肉 ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄)	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ コーン缶 きゅうり みかん
8月	マージンごはん 納豆ツナみそ 肉じゃが ブロッコリーのゴマあえ 春雨スープ 果物				◇ ■		オートミールスナック ◇ ★ 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肉 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) もちきび じゃが芋 ごま 春雨	糸こんにやく 玉ねぎ 人参 GP しめじ ブロッコリー(冷) たけのこ(水煮)
9火	ごはん 揚げ魚のケチャップあん マカロニサラダ パンプキン豆乳スープ 果物	★	▲		◇	■	いなり寿司 ◇ ◇ 豆乳	白身魚 ベーコン 調製豆乳	ロールパン マカロニ	パイン缶 人参 りんご レーズン きゅうり かぼちゃ 玉ねぎ みかん
10水	キーマカレー ブロッコリーのしらすあえ わかめスープ バナナヨーグルト添え	★	▲	◇		◇	グレープゼリー ▲塩せんべい	鶏ひき肉 しらす干し わかめ 豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 GP 玉ねぎ コーン 缶 ピーマン トマト缶 ブロッコリー えのきたけ バナナ みか
11木	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 もずくの酢物 野菜スープ 果物						ヒラヤーチー ▲ ★ 保育乳	鶏もも肉 豚肉 もずく わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび ごま	切干大根 かんぴょう 人参 レタス 糸こんにやく きゅうり たけのこ みかん えのきたけ
12金	豚焼肉どんぶり ひじきのマヨサラダ みそ汁(えのきたけ) 果物				◇		ポテトチーズ焼き ★ ■ ★ 保育乳	豚肩ロース 干ひじき 豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 ねぎ ピーマン きゅうり コーン缶 えのきたけ りんご
13土	～お弁当の日～						亀の甲せんべい ▲ ★ 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 みかん
15月	黒米ごはん かぼちゃのケチャップ炒め きゅうりの甘酢あえ 魚のみそ汁 果物				◇ ■		芋天ぷら 保育乳	豚ひき肉 鶏ささみ 白身魚 油揚げ	精白米 強化米(鉄) さつま芋	かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり 大根 ねぎ みかん
16火	五目うどん(鶏) ボイルウィンナー きゅうりの甘酢あえ 果物			▲		■	おにぎり ▲◇ ◇ 豆乳	鶏もも肉 ウィンナー しらす干し わかめ	茹うどん	ごぼう 人参 ほうれん草 きゅうり バナナ
17水	ごはん(強化米入り) 鶏肉のマーマレード焼き 人参シリシリ(ちくわ&ツナ) ゴマじゃが みそ汁(白菜) 果物					■	アンパンマンせんべい ▲◇ ★ 保育乳	鶏もも肉 ちくわ ツナ缶 もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白すりごま	人参 ブロッコリー もやし 白菜 みかん
18木	～お弁当会～				◇ ■	■	ちんぴん(琉) ▲ ★ ジョア	鮭 ちくわ 豆腐	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ そうめん	白菜 人参 ブロッコリー もやし ねぎ みかん
19金	黒米ごはん 豚大根のみそ煮 マカロニサラダ 白菜スープ 果物			▲	▲		シナモントースト ★▲ ◇ 豆乳	豚肩ロース ハム ベーコン	精白米 黒米 強化米(鉄) マカロニ	大根 人参 糸こんにやく りんご きゅうり 白菜 ブロッコリー 赤ピーマン 柿
20土	ごはん 麻婆豆腐 ブロッコリーのゴマあえ コーンスープ 果物				◇		はちや棒 ★ 保育乳	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米(鉄) ごま	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ ブロッコリー コーン缶 キャベツ みかん
22月	トウジンジージュシー 昆布イリチー かぼちゃのコロコロ揚げ イナムドゥチ 果物	●			◇ ■		冬至 玄米フレークスナック ★ 保育乳	豚三枚肉 ツナ缶 豚肉 カステラ マポコ	精白米 強化米(鉄) 里芋(冷凍)	赤ピーマン ニラ 人参 刻み昆布 かんぴょう 糸こんにやく かぼちゃ みかん 干しいたけ
23火	マージンごはん さばのみそ焼き かみかみごぼう ブロッコリーのマリネ すまし汁 果物				◇	■	スティックパン ●●▲ ★ 保育乳	さば(切り身) ツナ缶 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	ごぼう ブロッコリー(冷) 人参 しめじ えのきたけ ねぎ みかん
24水	黒米ごはん チキンナゲット きんぴらごぼう(カレー風味) きゅうりのごまあえ 春雨スープ 果物			▲		★	型抜きクッキー ▲◇ ★ 保育乳	鶏ひき肉 豆腐 ちくわ ツナ缶 豚もも肉	精白米 強化米(鉄) 春雨	玉ねぎ ごぼう 人参 さやいんげん きゅうり たけのこ キャベツ りんご
25木	* クリスマスランチ * カレーピラフ ハンバーグ フライドポテト 人参グラッセ 三食白菜スープ 果物 ★ ~ ♪ ~ ♪ ~ ★			▲	◇	■	クリスマスケーキ (↑表示確認) ★ 保育乳	鶏もも肉 豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン	精白米 じゃが芋	人参 GP 玉ねぎ 白菜 ブロッコリー 赤ピーマン パイン缶 桃缶
26金	(保育納め) 沖縄そば トマトときゅうりの酢みそあえ 果物			▲	■	■	青のりおにぎり ◇ 豆乳	豚三枚肉 丸かまぼこ ちくわ わかめ	沖縄そば 精白米 強化米(鉄)	刻み昆布 ねぎ トマト きゅうり バナナ
27土	もずくどんぶり カリカリきゅうり みそ汁 果物 春雨スープ 果物				◇		タンナファクルー ●▲ ★ 保育乳	もずく 豚ひき肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 きゅうり えのきたけ ねぎ みかん