



令和7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。

- ◇◇ 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				午後のおやつ	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルゲン				午後のおやつ	おもな材料(昼食)			
		卵	乳	小麦	大豆		あか	きいろ	みどり			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			●	★	▲	△	◆	血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくする	
1月 月	ごはん 豚肉のしおが焼き 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	15	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				△	◆	芋天ぶら 保育乳	豚ひき肉 鶏ささみ 白身魚 油揚げ	精白米 黒米 強化米 (鉄) さつまいも	かぼちゃ 玉ねぎ 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	16	五目うどん(鶏) ボイルウインナー きゅうりの甘酢あえ 果物		▲	■	おにぎり ▲△ △豆乳	鶏もも肉 ウインナー 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		
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 じやが芋 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 バナナ	17	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 プロッコリー もやし 白菜 みかん		
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 プロッコリー (冷) もやし コーン缶 えのきたけ ねぎ みかん	18	～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 プロッコリー もやし 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 糸こんにゃく ニラ GP ほんしめじ 白菜 ねぎ ねぎ	19	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 糸こんにゃく りんご きゅうり 白菜 プロッコリー 赤ピーマン 柿		
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	20	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		
8月 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	糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 GP しめじ ブロッコリー (冷) たけのこ(水煮)	22	トウンジージューシー ^{冬至} 昆布イリチ かぼちゃのコロコロ揚げ イナムドウチ 果物		■	△	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 マボコ	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 糸こんにゃく かぼちゃ みかん 干しいたけ		
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	パンイ缶 人参 りんご レーズン きゅうり かぼちゃ 玉ねぎ みかん	23	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		△	△	ステイックパン ●★▲ ★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		
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 みかん	24	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 黒米 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		
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 糸こんにゃく きゅうり たけのこ みかん えのきたけ	25	* 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		
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	26	(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		
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 みかん えのきたけ ねぎ みかん	27	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		