



平成 29 年 10

月分

めぐみほいくしつ こんだてひょう

| 日 | 曜日 | 離乳食完了期以降 (生後 12 ヶ月~) | おやつ (午前は果物・午後は軽食) | 使われている食材 (有機米以外の食材) |
|----|----|---|-------------------|---|
| 2 | 月 | ①有機ご飯・サイコロステーキの野菜あんかけ・サツマイモのポテトサラダ・小松菜のお味噌汁 | ②麦茶・バナナ・ジャムサンド | ①牛肉・玉葱・ピーマン・人参・もやし・サツマイモ・小松菜②バナナ・小麦・卵・乳・ゼラチン・イチゴ |
| 3 | 火 | ①有機ご飯・鯖のカレー粉焼き・南瓜の甘煮・玉葱と豆腐の味噌汁 | ②麦茶、りんご・ホットケーキ | ①鯖・南瓜・玉葱・大豆②りんご・小麦・乳・小麦・卵 |
| 4 | 水 | ①有機ご飯・ゴボウと鶏肉の甘辛煮・スティック胡瓜・茄子の味噌汁 | ②麦茶・梨・クッキー | ①ゴボウ・鶏肉・きゅうり・茄子・大豆・小麦②卵・乳・小麦・梨 |
| 5 | 木 | ①有機パスタのミートソース・人参とツナのしりしり・水菜のコンソメスープ | ②牛乳・りんご・ウェハース | ①牛肉・玉葱・トマト・人参・じゃが芋・鯖・水菜・有機小麦・大豆②りんご・小麦・卵 |
| 6 | 金 | ①有機ご飯・すき焼き風牛肉煮・大根のゆかり和え・人参とエリンギの味噌汁 | ②牛乳・桃・ドーナツ | ①牛肉・大豆・白滝・小松菜・大根・人参・エリンギ②乳・桃・小麦・卵・ |
| 7 | 土 | ①有機ご飯・サーモンフライ・人参スティック・わかめの味噌汁 | ②麦茶・みかん・クッキー | ①鮭・人参・わかめ・大豆・②小麦・卵・乳・みかん |
| 10 | 火 | ①有機ご飯・ソーセージのクリームシチュー・きゅうりのツナ和え・里芋とネギの味噌汁 | ②麦茶・桃・おせんべい | ①豚肉・じゃが芋・玉葱・ブロッコリー・乳・小麦・鯖・胡瓜・里芋・大豆②桃・米 |
| 11 | 水 | ①有機ご飯・鶏肉のオレンジジャム煮・キャベツのじゃこサラダ・えのき茸の味噌汁 | ②麦茶・パイナップル・ビスケット | ①鶏肉・オレンジ・ゼラチン・キャベツ・じゃこ・乳・えのき茸・大豆②パイナップル・ゼラチン・小麦・乳・卵 |
| 12 | 木 | ①有機ご飯・麻婆茄子・キャベツとチーズのお焼き・甘藷とベーコンの味噌汁 | ②麦茶・りんご・塩むすび | ①大豆・豚肉・ネギ・茄子・きゅうり・ごま・甘藷・キャベツ・乳・小麦②大麦・りんご |

| | | | | |
|----|---|--|------------------|--|
| 13 | 金 | ①有機五目ご飯・鶏肉のマヨ醤油唐揚げ・人参のグラッセ・大根の味噌汁 | ②麦茶・みかん・バームクーヘン | ①小麦・鶏肉・椎茸・筍・人参・もやし・大豆・卵・大根②ミカン・小麦・卵・乳 |
| 14 | 土 | ①有機ご飯の牛肉そぼろ丼・インゲンのごま和え・人参と油揚げの味噌汁 | ②麦茶・りんご・クッキー | ①牛肉・インゲン・ごま・鰹・人参・大豆・②りんご・小麦・バター・卵・乳 |
| 16 | 月 | ①豚肉とキノコの有機焼きうどん・揚げ茄子とじゃが芋のサラダ・青梗菜の味噌汁 | ②麦茶・バナナ・ビスケット | ①豚肉・シメジ・玉葱・椎茸・茄子・じゃが芋・青梗菜・大豆②バナナ・小麦・卵・乳 |
| 17 | 火 | ①有機ご飯・豆腐入り鶏バーグ・3種野菜のポテトサラダ・小松菜味噌汁 | ②牛乳・もも・おせんべい | ①大豆・鶏肉・玉葱・デンプン・じゃが芋・人参・きゅうり・小松菜②乳・桃・小麦・米 |
| 18 | 水 | ①有機ご飯・シーフードクリームシチュー・きゅうりちくわ・椎茸の味噌汁 | ②麦茶・リンゴ・クラッカー | ①海老・あさり・イカ・じゃが芋・人参・玉葱・小麦・乳・きゅうり・たら・椎茸・大豆②乳・りんご・小麦・油脂 |
| 19 | 木 | ①有機子キンリゾット・豆腐のエビマヨ風・スティックきゅうり・椎茸の味噌汁 | ②牛乳・桃・ホットケーキ | ①鶏肉・玉葱・トマト・乳・大豆・胡瓜・椎茸・卵②乳・桃・小麦・卵 |
| 20 | 金 | ①有機ご飯・ポテミートローフ・南瓜とサヤエンドウのホットサラダ・大根の味噌汁 | ②麦茶・りんご・クッキー | ①豚肉・玉葱・じゃが芋・南瓜・サヤエンドウ・大根・大豆②りんご・小麦・卵・乳 |
| 21 | 土 | ①有機ご飯・鮭そぼろ・2種野菜とマカロニサラダ・小松菜の味噌汁 | ②麦茶・みかん・クッキー | ①鮭・小麦・胡瓜・人参・小松菜・大豆②ミカン・小麦・卵・乳 |
| 23 | 月 | ①有機ご飯・BBQソースのチキンナゲット・人参の白和え・わかめの味噌汁 | ②麦茶・パイナップル・おせんべい | ①大豆・鶏肉・人参・玉葱・わかめ・小麦②パイナップル・米 |
| 24 | 火 | ①有機バターチキンライス・煮込みハンバーグ(サヤエンドウと玉葱入り)・わかめの味噌汁 | ②麦茶・桃・ジャムサンド | ①鶏肉・乳・牛肉・豚肉・小麦・サヤエンドウ・玉葱・わかめ・大豆②桃・ゼラチン・小麦・イチゴ・乳 |
| 25 | 水 | ①有機ご飯・牛肉入り炒り豆腐・ほうれん草のごま和え・大根の味噌汁 | ②麦茶・梨・クリームサンド | ①ネギ・牛肉・ほうれん草・大根・ごま・大豆②梨・小麦・乳 |
| 26 | 木 | ①有機ご飯・コーンクリームグラタン・たらこポテト・ポイルブロッコリー・小松菜の味噌汁 | ②牛乳・リンゴ・ゆかりおにぎり・ | ①コーン・鶏肉・じゃが芋・チーズ・玉葱・ブロッコリー・小松菜・大豆②乳・りんご・紫蘇 |
| 27 | 金 | ①有機ご飯・鶏ひきロール・インゲンのソテー・茄子の味噌汁 | ②麦茶・バナナ・おせんべい・ | ①鶏肉・海苔・玉葱・インゲン・茄子・大豆②米・バナナ |
| 28 | 土 | ①有機鶏五目ご飯・鯖の味噌煮・ブロッコリーのカレーソース・大根の味噌汁 | ②麦茶・みかん・クッキー | ①鶏肉・椎茸・筍・鯖・ブロッコリー・卵・小麦粉・大豆・大根②みかん・小麦・卵・乳 |
| 30 | 月 | ①有機ご飯・鶏の中華炒め・ニラともやしのナムル・水菜の味噌汁 | ②麦茶・桃・ゼリー | ①鶏肉・小麦・ネギ・ニラ・大豆・水菜・もやし・小麦・ごま②桃・ゼラチン・果汁 |

| | | | | |
|----|---|--|---------------|--|
| 31 | 火 | 〔行事食・ハロウィンプレート〕・お化けのシチュー有機ライス・南瓜のハンバーグブロッコリー添え・ほうれん草の味噌汁 | ㊀牛乳・バナナ・ウェハース | ㊀南瓜・鶏肉・乳・小麦・牛肉・豚肉・海苔・人参・玉葱・じゃが芋・ほうれん草・大豆・ブロッコリー㊁乳・バナナ・小麦・卵 |
|----|---|--|---------------|--|

○保育園では、お子様の成長の度合いを考慮しながら好き嫌い無く「生きる力」を身につけるための食育計画を、離乳食を含めた給食の中で実践しています。

ですから、お子様の健全な成長のためには、その日の給食を完食できることが好ましいです。しかし基本的には、食べたことのない食材は保育園では食べさせません。

献立表を熟読され、食べたことのない食材が献立表に記載されていた場合は、その前日までに、ひと匙でもご家庭で食べさせておいてください。

(本来は何度かに分けて少しずつ食べさせた方がよい) 万が一、食べさせられなかった場合、もしくは食べさせる事に不安を感じる食材がある場合には必ず前日までにお申し出下さい。

その食材を除去した給食を提供致します。(食物アレルギー確認依頼書提出のない食材は、代替食品の提供はありません。)

○法律によって表示が義務づけられているアレルギー物質は以下の通りです。献立にこれらの食品が含まれているときは、お子さんの体調等、特段の注意をお願い致します。

| |
|---|
| 特定原材料7品目【卵・乳・小麦・落花生・えび・かに・そば】 表示推奨20品目【あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・鶏肉・豚肉・くるみ・ごま・鮭・さば・大豆・バナナ・松茸・桃・やまいも・りんご・ゼラチン】 |
|---|

○給食の食材の入手には天候・輸送状況などの影響が大きく、献立の内容はその日の事情により変更される場合があります。

○屋食の主食…「有機ご飯・有機軟飯」は、5年以上農薬を使用していない田んぼで、殺菌剤や殺虫剤などの化学物質は一切使用せず、害虫は放し飼いの合鴨に食べさせ、有機肥料のみで栽培した農水省認証済みの新潟県胎内産JAS有機合鴨米コシヒカリ「ひめさゆり」を年間買い付けし、玄米で保存して毎回保育室で胚芽を残した状態に精米し(胚芽は玄米の栄養の70%を含有。白米に比べてビタミンB1は4倍、ビタミンEは5倍、その他白米に比べて14倍もの栄養素が含まれています。)炊いたものを使用しております。

「有機そうめん」はAEONオーガニックそうめん「有機パスタ」はソル・レオーネのオーガニックパスタ、「有機うどん」は、はくばく黄金の大地丸ごと有機うどんを使用しています。

○食物アレルギーがある場合は、必ず事前に「食物アレルギー確認申請書」を提出し、且つ、事前に連絡帳で反応の程度や現状をお知らせください。所定のお手続き無き場合の食物アレルギー反応の発症に関しましては免責とさせていただきます。 アレルギー対象児童が多いため、献立作成段階でアレルギー食品を含まない工夫を致しておりますが、該当しないお子様の栄養のバランスを鑑みて、一部は随時代替食品で対応し、おやつ¹の代替食品等も随時連絡帳でお知らせいたします。尚、卵アレルギーが多いためハンバーグには卵のつなぎを使用しておりません。おやつ²のサンドイッチ用食パンは卵が含まれていないものを使用しておりますが、仕上げの艶出しに使用されている場合がありますので、気になる方は代替希望をお申し出ください。卵アレルギーの児童の代替のオヤツは卵が含まれない、おせんべい・麩菓子・かりんとう・えびせん・ジャムサンド等になります。