



# めぐみほいくしつ こんだてひょう

平成 29 年 6 月分

日	曜日	離乳食完了期以降 (生後 12 ヶ月～)	離乳食後期 (生後 9 ヶ月～11 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)
1	木	①有機ご飯・チーズハンバーグ・ブロッコリーとベーコンのサラダ・大根のお味噌汁	②有機軟飯・豆腐と挽肉の味噌煮・大根の味噌汁・ブロッコリースープ煮	③牛乳・リンゴ・ビスケット	①牛肉・豚肉・乳・ブロッコリー・大根・大豆・小麦②大豆・鶏肉・大根・ブロッコリー③乳・りんご・小麦・卵・乳
2	金	①有機ケチャップライス・鶏のから揚げ・キャベツのマリネ・わかめの味噌汁	②有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・ニンジンスティック煮・わかめの味噌汁	③麦茶・バナナ・ジャムサンド	①②鶏肉・乳・キャベツ・わかめ・大豆・人参・ピーマン・トマト③バナナ・小麦・乳
3	土	①有機ご飯・サンマのそぼろ・プチトマト・薩摩揚げの煮物・とろろ昆布汁	②有機軟飯・サンマのそぼろ・トマト煮・ニンジンの味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	①さんま・薩摩揚げ・トマト・昆布・大豆・小麦②大豆・さんま・トマト・人参③小麦・卵・乳・みかん
5	月	①有機三色丼 (牛挽肉・卵・インゲン)・南瓜の甘煮・大根の味噌汁	②有機軟飯・ソフトオムレツ・カボチャペースト・大根味噌汁	③牛乳・りんご・ウェハース	①牛肉・卵・カボチャ・インゲン・大根・大豆・小麦②大豆・卵・大根・カボチャ③乳・りんご・小麦・卵・乳
6	火	①有機ご飯・白身魚フライ・パプリカときゅうりのサラダ・ミルクスープ	②有機軟飯・白身魚の味噌煮・マッシュポテト・ミルクスープ	③牛乳・みかん・ジャムサンド	①たら・パプリカ・乳・きゅうり・玉葱・小麦②大豆・たら・じゃがいも・乳・玉葱③乳・みかん・小麦・卵・乳
7	水	①有機五目ご飯・鶏レバーの甘辛煮・キャベツの塩昆布和え・ニンジンの味噌汁	②有機軟飯・鶏レバーの煮つぶし・キャベツの煮浸し・ニンジンの味噌汁	③麦茶・バナナ・カルシウム煎餅	①鶏肉・タケノコ・椎茸・キャベツ・人参・昆布・大豆・小麦②大豆・鶏肉・キャベツ・人参③バナナ・小麦・卵・乳
8	木	①有機ご飯・豚肉生姜焼き・玉葱炒め・人参しりしり・さつまいものクリームスープ	②有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・ニンジンスティック煮・さつまいものスープ	③牛乳・バナナ・ゼリー	①甘藷・豚肉・乳・玉葱・人参・生姜・大豆・小麦②大豆・鶏肉・キャベツ・人参・甘藷・乳・小麦・乳・バナナ・ゼラチン

9	金	①有機パスタのミートソース・ツナとトマトのサラダ・ナスのコンソメ	②有機煮込みうどん・ツナのケチャップ煮・ナスのやわらか煮	③麦茶・りんご・ジャムサンド	④牛肉・豚肉・トマト・鮪・ナス・小麦⑤小麦・大豆・鶏肉・鮪・ナス・白菜⑥りんご・小麦・卵・乳
10	土	①有機ご飯・鶏の照り焼き・インゲンのごま味噌和え・ベーコン入りポターージュ	②有機軟飯・豆腐の煮物・人参スティック煮・ポターージュ	③麦茶・みかん・クッキー	④鶏肉・乳・インゲン・豚肉・ごま・玉葱・小麦⑤大豆・人参・玉葱・乳・小麦⑥ミカン・小麦・卵・乳
12	月	①初鰹の有機ちらし寿司・ゴマ豆腐・チンゲン菜のおかか和え・ワカメの味噌汁	②有機軟飯・鰹のそぼろ・青梗菜煮・わかめの味噌汁	③麦茶・バナナ・塩むすび	④鰹・椎茸・筍・ごま・青梗菜・わかめ・大豆・小麦⑤大豆・鰹・青梗菜・わかめ・大豆⑥・ばなな
13	火	①有機わかめご飯・サイコロステーキ・春さめときゅうりのサラダ・とろろ昆布汁	②有機軟飯・牛挽肉の醤油煮・きゅうりスティック煮・とろろ昆布汁	③牛乳・もも・おせんべい	④牛肉・青豆・きゅうり・昆布・わかめ・大豆・小麦⑤大豆・牛肉・きゅうり・昆布・小麦⑥乳・桃・小麦・米
14	水	①有機ご飯・チキンミルクカレー・チーズオムレツ・小松菜のコンソメスープ	②有機軟飯・大根とツナの煮物・ニンジンスティック煮・小松菜の味噌汁	③牛乳・リンゴ・クラッカー	④鶏肉・馬鈴薯・人参・玉葱・乳・小松菜・卵・小麦⑤大豆・鮪・大根・人参・小松菜⑥乳・りんご・小麦
15	木	①有機親子丼・マッシュポテト・もやしのおかか和え・人参と麩の味噌汁	②有機軟飯・もやしのそぼろ煮・マッシュポテト・ニンジンの味噌汁	③牛乳・桃・ホットケーキ	④鶏肉・乳・卵・馬鈴薯・もやし・鰹・人参・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・もやし・馬鈴薯・人参⑥乳・桃・小麦・卵・乳
16	金	①有機ご飯・牛肉とゴボウの甘辛煮・人参と胡瓜のサラダ・コーンスープ	②有機軟飯・鶏レバーのつぶし煮・きゅうりスティック煮・わかめの味噌汁	③麦茶・バナナ・クッキー	④鶏肝・乳・コーン・人参・きゅうり・小麦⑤大豆・鶏肝・きゅうり・わかめ⑥バナナ・小麦・卵・乳
17	土	①有機ご飯・ハンバーグ・きゅうりスティック・はんぺんの味噌汁	②有機軟飯・カボチャのそぼろ煮・きゅうりスティック煮・はんぺんの味噌汁	③麦茶・バナナ・おせんべい	④牛肉・豚肉・玉葱・きゅうり・はんぺん・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・南瓜・きゅうり・はんぺん・⑥バナナ・小麦・米
19	月	①有機パスタのナポリタン・炒めウィナー・ほうれん草のソテー・エノキのスープ	②煮込みうどん・豆腐のケチャップ煮・ニンジンスティック煮	③お茶・梨・ジャムサンド	④豚肉・トマト・玉葱・ほうれん草・えのき茸・小麦⑤大豆・鶏肉・小麦・人参⑥梨・ゼラチン・小麦・卵・乳
20	火	①有機ご飯・サバの味噌煮・ハムと胡瓜のサラダ・油揚げと大根の味噌汁	②しらす入り有機軟飯・鯖のそぼろ・きゅうりスティック煮・大根の味噌汁	③お茶・バナナ・クリームサンド	④豚肉・鯖・きゅうり・大根・大豆・小麦⑤大豆・しらす・鯖・大根・きゅうり・大豆⑥バナナ・小麦・卵・乳
21	水	①有機ご飯・クリームシチュー・焼き豚とキャベツの和え物・もやしの味噌汁	②有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・大根のスティック煮・もやしの味噌汁	③牛乳・リンゴ・おせんべい	④鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱・乳・豚肉・キャベツ・もやし・大豆・⑤大豆・鶏肉・キャベツ・大根・もやし⑥乳・りんご
22	木	①有機ゆかりご飯・サーモンフライ・大根と厚揚げの煮物・わかめの味噌汁	②有機軟飯・豆腐の醤油煮・大根スティック煮・わかめの味噌汁	③牛乳・みかん・ジャムサンド	④しそ・鮭・わかめ・大根・大豆・小麦⑤大豆・大根・わかめ⑥乳・みかん・小麦・卵・乳
23	金	①有機ご飯・鶏肉とじゃが芋のマカロニグラタン・人参のサラダ・小松菜の味噌汁	②有機軟飯・じゃが芋のそぼろ煮・ニンジンスティック煮・小松菜の味噌汁	③麦茶・桃・おにぎり	④鶏肉・じゃが芋・玉葱・乳・人参・小松菜・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・ジャガ芋・小松菜⑥桃
24	土	①有機ご飯・鱈の竜田揚げ・ほうれん草ソ	②有機軟飯・ほうれん草の鶏そぼろ煮・ニンジン	③麦茶・みかん・クッキー	④鱈・小麦・人参・ほうれん草・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・ほ

		テー・ニンジンの味噌汁	スティック煮・わかめの味噌汁		うれん草・人参・わかめ・㉔ミカン・小麦・卵・乳
26	月	㉑有機ご飯・豆腐入りハンバーグ・ブチマト・さつま揚げと水菜の味噌汁	㉒有機軟飯・豆腐と挽肉の煮物・マッシュポテト・水菜の味噌汁	㉓麦茶・バナナ・クリームサンド	㉑牛肉・豚肉・大豆・玉葱・乳・トマト・薩摩揚げ・水菜・大豆・小麦㉒大豆・鶏肉・大根・じゃが芋・水菜㉓バナナ・小麦・卵・乳
27	火	㉑有機ご飯・肉団子とマカロニのケチャップ煮・キャベツと玉ねぎの炒めもの・三つ葉のすまし汁・	㉒有機軟飯・肉団子のやわらか煮・キャベツの煮浸し・玉葱の味噌汁	㉓麦茶・リンゴ・クラッカー	㉑鶏肉・豚肉・トマト・玉葱・三つ葉・キャベツ・大豆・小麦㉒大豆・鶏肉・豚肉・玉葱・キャベツ・㉓りんご・小麦・乳
28	水	㉑有機ご飯・肉豆腐・ブロッコリーとベーコンの炒め物・さつまいもの味噌汁	㉒しらす入り有機軟飯・豆腐の味噌煮・ブロッコリー煮浸し・サツマイモ味噌汁	㉓牛乳・バナナ・ビスケット	㉑牛肉・豚肉・乳・ブロッコリー・甘藷・大豆・小麦㉒大豆・しらす干し・甘藷・ブロッコリー㉓乳・バナナ・小麦・卵・乳
29	木	㉑有機ご飯・ハッシュドビーフ・キュウリの味噌マヨネーズ・椎茸のコンソメスープ	㉒有機軟飯・白身魚の煮物・きゅうりスティック煮・とろろ昆布汁	㉓牛乳・桃缶・おせんべい	㉑牛肉・玉葱・乳・きゅうり・椎茸・卵・大豆・小麦㉒大豆・たら・きゅうり・昆布㉓乳・桃・米
30	金	㉑鶏肉入り有機焼きうどん・ソーセージとキャベツのサラダ・ブチマト・かき玉汁	㉒煮込み有機うどん・キャベツとツナの煮物・かき玉汁	㉓麦茶・バナナ・ジャムサンド	㉑鶏肉・玉葱・キャベツ・人参・トマト・卵・豚肉・小麦㉒小麦・大豆・ネギ・キャベツ・鮭㉓バナナ・ゼラチン・小麦・乳

○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。

ですから、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、代替え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。

○昼食の主食…「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、おやつの代替え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えのおやつは卵が含まれない、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。