



平成 29 年 7 月分

めぐみほいくしつ こんだてひょう

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)
3 月	①有機ご飯・コーンチーズ餃子・カボチャとブロッコリーのサラダ・お麩の味噌汁	②有機軟飯・豆腐と挽肉の味噌煮・お麩の味噌汁・きゅうりスティック煮	③牛乳・リンゴ・ビスケット	①豚肉・乳・ブロッコリー・南瓜・コーン・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦・きゅうり・③乳・りんご・小麦・卵・乳
4 火	①有機うどんのじゃじゃめん・ホウレン草とチーズのサラダ・ネギの味噌汁	②有機軟飯・もやしのそぼろ煮・マッシュポテト・わかめの味噌汁	③麦茶・バナナ・ジャムサンド	①有機小麦・豚肉・きゅうり・ネギ・大豆・ほうれん草・乳・②鶏肉・もやし・じゃが芋・乳・わかめ・大豆③バナナ・小麦・乳
5 水	①有機ご飯・茄子の牛肉炒め・スティック人参・豆腐の味噌汁	②有機軟飯・牛挽肉醤油煮・ナスの煮びたし・豆腐の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	①②茄子・牛肉・人参・大豆・小麦③④小麦・卵・乳・みかん
6 木	①有機ご飯・ひじき入りハンバーグ・インゲンと人参のサラダ・小松菜の味噌汁	②有機軟飯・ソフトオムレツ・カボチャペースト・小松菜の味噌汁	③牛乳・りんご・ウェハース	①牛肉・豚肉・ひじき・人参・インゲン・小松菜・大豆・小麦②大豆・卵・小松菜・カボチャ③乳・りんご・小麦・卵
7 金	①七夕の行事食：有機七夕そうめん・五目あんかけ豆腐・冷製中華スープ	②有機軟飯・鶏レバーの煮つぶし・マッシュポテト・とろろ昆布汁	③牛乳・みかん・ジャムサンド	①卵・きゅうり・トマト・人参・オクラ・大豆・玉葱・椎茸・筍・有機小麦②鶏レバー・昆布・じゃがいも・乳・③乳・みかん・小麦・いちご・ゼラチン
8 土	①有機ご飯・鶏肉の醤油蒸し・人参スティック・わかめの味噌汁	②有機軟飯・揚げないコロッケ・きゅうりスティック・わかめの味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	①鶏肉・人参・わかめ・大豆・②大豆・わかめ・じゃが芋・人参・小麦・きゅうり③小麦・卵・乳・みかん
10 月	①有機五目ご飯・ツナと茄子のカレーシチュー・胡瓜とカニかまの酢の物・油揚げの味噌汁	②有機軟飯・豆腐のケチャップ煮・ブロッコリーのスープ煮・油揚げの味噌汁	③麦茶・バナナ・カルシウム煎餅	①鶏肉・タケノコ・椎茸・茄子・人参・じゃが芋・人参・玉葱・きゅうり・カニカマ・大豆・小麦②大豆・トマト・ブロッコリー・③バナナ・小麦・卵・乳
11 火	①有機パスタのミートソース・プチトマトとわかめサラダ・玉ねぎコンソメ	②有機軟飯・さつまいものそぼろ煮・ニンジンスティック煮・コンソメスープ	③牛乳・すいか・ゼリー	①牛肉・豚肉・トマト・玉葱・人参・わかめ・大豆・小麦②大豆・鶏肉・甘藷・人参・③乳・小麦・すいか・ゼラチン

12	水	①有機ご飯・麻婆豆腐・鶏肉とピーマンと もやしの炒め物・青さの味噌汁	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	①大豆・豚肉・鶏肉・ピーマン・もやし・あおさ・小麦②小麦・ トマト・大豆・茄子・鮪③りんご・小麦・イチゴ・ゼラチン・乳
13	木	①有機ご飯の豚丼・キャベツと厚揚げの和 え物・人参と麩の味噌汁	②有機軟飯・大根とツナの煮物・人参スティック 煮・お麩の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	①豚肉・大豆・キャベツ・人参・玉葱・小麦②大根・鮪・人参・ 大豆・小麦③ミカン・小麦・卵・乳
14	金	①有機ご飯・鶏のマヨ醤油揚げ・きゅうり と人参の中華酢の物・わかめの味噌汁	②有機軟飯・鯖のそぼろ・きゅうりスティック煮・ わかめの味噌汁	③麦茶・バナナ・塩むすび	①鶏肉・卵・きゅうり・人参・ごま油・小松菜・大豆②大豆・ 鯖・きゅうり・わかめ・大豆③バナナ
15	土	①有機ご飯・鶏モモの照り焼き・人参ステ ィック・小松菜の味噌汁	②有機軟飯・豆腐のケチャップ煮・マッシュポテ ト・小松菜の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	①鶏肉・人参・小松菜・大豆②じゃが芋・大豆・トマト・小松 菜③りんご・小麦・卵・乳
18	火	①有機ご飯・サイコロステーキ・トマトと じゃが芋ときゅうりのサラダ・とろろ昆布	②有機軟飯・肉団子のやわらか煮・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	①牛肉・トマト・じゃが芋・きゅうり・昆布・大豆②大豆・牛 肉・豚肉・きゅうり・昆布③乳・桃・小麦・米
19	水	①有機ご飯・ビーフシチュー・ごま豆腐・ 小松菜のコンソメスープ	②有機軟飯・大根とツナの煮物・人参スティック 煮・小松菜のコンソメスープ	③牛乳・リンゴ・クラッカー	①牛肉・じゃが芋・人参・玉葱・乳・小松菜・ごま・小麦②大 豆・鮪・大根・人参・小松菜③乳・りんご・小麦・油脂
20	木	①有機ご飯・白身魚の青じそフライ・トマ トと胡瓜のサラダ・油揚げと大根の味噌汁	②有機軟飯・もやしのそぼろ煮・マッシュポテト・ 大根の味噌汁	③牛乳・桃・ホットケーキ	①タラ・青しそ・小麦・トマト・大豆・大根・きゅうり②大豆・ 鶏肉・もやし・馬鈴薯・大根③乳・桃・小麦・卵・乳
21	金	①有機ご飯・牛肉とゴボウの甘辛煮 ・人参と小松菜のサラダ・椎茸のコンソメ	②有機軟飯・鶏レバーのつぶし煮・きゅうりステ ィック煮・コンソメスープ	③麦茶・バナナ・クッキー	①牛肉・ゴボウ・人参・小松菜・椎茸・②大豆・鶏肝・きゅう り③バナナ・小麦・卵・乳
22	土	①有機ご飯・チキンミルクカレー・ソーセ ージ炒め・小松菜の味噌汁	②有機軟飯・豆腐とツナの煮物・南瓜ペースト・ 小松菜の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	①鶏肉・人参・じゃが芋・玉葱・豚肉・小松菜・小麦②小麦・ 大豆・南瓜・鮪・小松菜③ミカン・小麦・卵・乳
24	月	①有機ゆかりご飯・魚のかば焼き・人参の 白和え・わかめの味噌汁	②有機軟飯・カボチャのそぼろ煮・きゅうりステ ィック煮・わかめの味噌汁	③麦茶・バナナ・おせんべい	①大豆・赤シソ・秋刀魚・人参・わかめ・ごま・小麦②大豆・ 鶏肉・南瓜・きゅうり・わかめ③バナナ・小麦・米
25	火	①有機ご飯・豚肉のケチャップソテー・胡 瓜と人参のサラダ・小松菜の味噌汁	②煮込みうどん・豆腐のケチャップ煮・・小松菜 の味噌汁	③お茶・桃・ジャムサンド	①豚肉・トマト・玉葱・小松菜・きゅうり・人参・大豆②大豆・ 小麦・トマト・小松菜・人参③桃・ゼラチン・小麦・イチゴ・乳
26	水	①有機ご飯・茄子と生揚げの味噌炒め・ハ ムのオムレツ・じゃが芋ともやしのバター 味噌汁	②しらす入り有機軟飯・じゃが芋のそぼろ煮・き ゅうりスティック煮・もやしの味噌汁	③お茶・バナナ・クリームサンド	①茄子・豚肉・卵・じゃが芋・もやし・大豆・②大豆・しらす・ じゃが芋・鶏肉・もやし・きゅうり・大豆③バナナ・小麦・乳

27	木	①有機ご飯・ベーコンと白菜のシチュー・鶏とキャベツの和え物・もやしの味噌汁	②有機軟飯・鯉のそぼろ煮・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・	①豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・白菜・乳・鶏肉・キャベツ・もやし・大豆②大豆・鯉・豚肉・大根・もやし③乳・りんご・
28	金	①有機ゆかりご飯・鯖のカレー粉焼き・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・きゅうりスティック煮・わかめの味噌汁	③牛乳・すいか・ジャムサンド・	①しそ・鯖・わかめ・大根・大豆・小麦・うこん②大豆・きゅうり・わかめ③乳・すいか・小麦・卵・乳・いちご
29	土	①有機ご飯・豚の角煮・プチトマト・大根と油揚げの味噌汁	②有機軟飯・ソフトオムレツ・マッシュポテト・大根の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	①豚肉・トマト・大根・大豆②じゃが芋・卵・人参・鶏肉・大根・大豆③みかん・小麦・卵・乳
31	月	①有機ご飯・鶏肉と夏野菜のデミテーズ焼き・人参のサラダ・小松菜の味噌汁	②有機軟飯・鶏レバーのつぶし煮・南瓜ペースト・小松菜の味噌汁	③麦茶・桃・おにぎり	①鶏肉・茄子・トマト・ズッキーニ・玉葱・乳・人参・小松菜・大豆・小麦②大豆・鶏肝・南瓜・小松菜③桃

○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A E O N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え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。