



平成 29 年 8 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～)	離乳食後期 (生後 9 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	火	①有機ご飯・鶏肉のバーベキューソース・夏野菜の味噌炒め・わかめ味噌汁	②有機軟飯・鶏肉入り豆腐バーグ・きゅうりスティック煮・わかめの味噌	③麦茶・リンゴ・ビスケット	①鶏肉・ズッキーニ・パプリカ・わかめ・茄子・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦・きゅうり・わかめ③りんご・小麦・卵・乳
2	水	①有機・鯖の味噌煮・わかめとコーンの炒め物・水菜とお麩の味噌汁	②有機軟飯・茄子のそぼろ煮・大根スティック煮・お麩の味噌汁	③麦茶、バナナ・ジャムサンド	①鯖・わかめ・コーン・水菜・大豆②鶏肉・茄子・大根・大豆③バナナ・小麦・乳
3	木	①有機ご飯・茄子の牛肉炒め〇・スティックきゅうり・豆腐の味噌汁	②有機軟飯・牛挽肉醤油煮・南瓜柔らか煮・豆腐の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	①茄子・牛肉・人参・大豆・小麦②牛肉・南瓜・大豆・小麦③卵・乳・みかん
4	金	①有機ご飯・サイコロステーキ・じゃが鮭ボール・小松菜の味噌汁	②有機軟飯・じゃが鮭ボール・豚肉と小松菜の味噌汁	③スポーツドリンク・りんご・ウエハース	①②牛肉・じゃが芋・鮭・チーズ・小松菜・大豆・小麦③乳・りんご・小麦・卵
5	土	①有機ご飯・白身魚フライ・プチトマト・大根と油揚げの味噌汁	②有機軟飯・揚げないコロケ・きゅうりスティック煮・大根の味噌汁	③スポーツドリンク・桃・ジャムサンド	①鱈・小麦・トマト・大根・大豆②じゃがいも・乳・牛肉・きゅうり・大根③乳・桃・小麦・いちご・ゼラチン
7	月	①有機ご飯・シーフードカレー・人参スティック・わかめの味噌汁	②有機軟飯・白身魚のミルク煮・きゅうりスティック煮・わかめの味噌汁	③スポーツドリンク・みかん・クッキー	①じゃが芋・人参・イカ・海老・たこ・玉葱・わかめ・大豆・②大豆・わかめ・きゅうり・鱈・乳③小麦・卵・乳・みかん
8	火	①有機ご飯・鶏肉のクリームコーン焼き・大根サラダ・人参の味噌汁	②有機軟飯・鶏挽肉のコーンクリーム煮・大根スティック煮・人参の味噌汁	③麦茶・桃・カルシウム煎餅	①②鶏肉・コーン・大根・人参・大豆・小麦③桃・小麦・卵・乳
9	水	①有機パスタのミートソース・ツナとキャベツのサラダ・椎茸のコンソメスープ	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麦茶・パイナップル・ゼリー	①牛肉・豚肉・トマト・玉葱・人参・ツナ・キャベツ・椎茸・有機小麦②大豆・鶏肉・甘藷・人参・③パイナップル・ゼラチン
10	木	①有機ご飯・麻婆豆腐・ピーマンともやしの甘酢・甘藷の味噌汁	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・甘藷の味噌汁	③麦茶・りんご・塩むすび	①大豆・豚肉・豆腐・ネギ・ピーマン・もやし・甘藷・小麦②有機小麦・ツナ・トマト・大豆・茄子・甘藷③りんご

12	土	①有機ご飯・海老カツ・キャベツとカニカマの甘酢・大根の味噌汁	②有機軟飯・大根と豆腐の煮物・人参スティック煮・大根の味噌汁	③麦茶・みかん・たらこトースト	④海老・鱈・大豆・キャベツ・大根・小麦⑤大根・人参・大豆・小麦⑥ミカン・小麦・卵・乳・たらこ
14	月	①有機ご飯・鶏のマヨ醤油唐揚げ・きゅうりとわかめの甘酢・豆腐の味噌汁	②有機軟飯・薩摩揚げと鶏の柔らか煮・きゅうりスティック煮・わかめの味噌汁	③麦茶・すいか・塩むすび	④鶏肉・わかめ・きゅうり・大豆⑤薩摩揚げ・鶏肉・きゅうり・わかめ・大豆⑥すいか
15	火	①有機五目ご飯・豚肉のコーン炒め・人参スティック・青梗菜の味噌汁	②有機軟飯・豆腐のケチャップ煮・じゃが芋醤油煮・青梗菜の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	④鶏肉・椎茸・筍・人参・豚肉・コーン・人参・青梗菜・大豆⑤じゃが芋・大豆・トマト・青梗菜⑥ミカン・小麦・卵・乳
16	水	①有機ご飯・豆腐とニラの鶏バーグ・3種野菜のポテトサラダ・とろろ昆布汁	②有機軟飯・豆腐鶏バーグの煮込み・きゅうりスティック煮・とろろ昆布汁	③スポーツドリンク・もも・おせんべい	④鶏肉・ニラ・トマト・じゃが芋・きゅうり・玉葱・昆布・大豆⑤大豆・鶏肉・きゅうり・昆布⑥乳・桃・小麦・米
17	木	①有機ご飯・茹で豚のごまだれ・きゅうりとネギの中華炒め・もやしの味噌汁	②有機軟飯・大根とツナの煮物・人参スティック煮・もやしの味噌汁	③スポーツドリンク・リンゴ・クラッカー	④豚肉・ごま・きゅうり・ネギ・もや・小麦・大豆⑤大豆・鮭・大根・人参・もやし⑥乳・りんご・小麦・油脂
18	金	①有機とうもろこしご飯・牛肉とゴボウの甘辛煮・ブチトマト・大根と豆腐の味噌汁	②有機軟飯・はんぺんのそぼろ煮・マッシュポテト・大根の味噌汁	③スポーツドリンク・桃・ホットケーキ	④牛肉・ゴボウ・トマト・コーン・大根・大豆⑤大豆・鶏肉・はんぺん・馬鈴薯・大根⑥乳・桃・小麦・卵・乳
19	土	①有機ご飯・サーモンフライ・人参と小松菜のサラダ・椎茸の味噌汁	②有機軟飯・鶏レバーのトマト煮・きゅうりスティック煮・コンソメスープ	③麦茶・りんご・クッキー	④鮭・小麦・人参・小松菜・椎茸・大豆⑤大豆・鶏肝・きゅうり⑥りんご・小麦・卵・乳
21	月	①有機3色ご飯・ピーマンと茄子の炒め物・人参と油揚げの味噌	②有機軟飯・豆腐とツナの煮物・南瓜やわらか煮・人参の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	④牛肉・卵・サヤインゲン・ピーマン・茄子・人参・大豆⑤小麦・大豆・南瓜・鮭・人参⑥ミカン・小麦・卵・乳
22	火	①有機ご飯・豆腐入り肉団子の野菜あんかけ・人参の白和え・わかめの味噌	②有機軟飯・豆腐肉団子の柔らか煮・きゅうりスティック煮・わかめの味噌汁	③麦茶・パイナップル・おせんべい	④大豆・豚肉・人参・ピーマン・玉葱・わかめ・小麦⑤大豆・豚肉・きゅうり・わかめ⑥パイナップル・小麦・米
23	水	①有機ご飯・鶏肉のクリーム煮・スティック胡瓜・小松菜の味噌汁	②煮込みうどん・豆腐と挽肉の醤油煮・小松菜の味噌汁	③お茶・桃・ジャムサンド	④鶏肉・乳・玉葱・小松菜・きゅうり・大豆⑤大豆・小麦・鶏肉・小松菜⑥桃・ゼラチン・小麦・イチゴ・乳
24	木	①有機そうめんの茄子そぼろチャンプルー・人参しりしり・じゃが芋の味噌汁	②しらす入り有機軟飯・ささみの味噌煮・きゅうりスティック煮・じゃが芋の味噌汁	③お茶・梨・クリームサンド	④茄子・豚肉・有機小麦・じゃが芋・人参・大豆・⑤大豆・しらす・じゃが芋・鶏肉・もやし・きゅうり・大豆⑥梨・小麦・乳
25	金	①有機ご飯・白身魚と里芋のまん丸焼き・ブチトマト・わかめの味噌汁	②有機軟飯・白身魚と里芋のまん丸焼き・大根のスティック煮・わかめの味噌汁	③牛乳・りんご・ゆかりおにぎり・	④たら・里芋・トマト・わかめ・大豆⑤たら・里芋・大根・わかめ・大豆⑥乳・りんご・紫蘇
26	土	①有機ご飯・鶏肉の醤油蒸し・ブチトマト・お麩の味噌汁	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・おせんべい・	④鶏肉・トマト・麩・大豆・小麦⑤鯖・大豆・きゅうり・わかめ⑥米・バナナ

28	月	①有機ご飯のドライカレー・肉じゃが・大根味噌汁	②有機軟飯・ツナと人参の甘煮・マッシュポテト・大根の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	④①牛肉・香辛料・じゃが芋・白滝・グリーンピース・人参・大根・大豆 ②じゃが芋・鯖・人参・大根・大豆③みかん・小麦・卵・乳
29	火	①有機ご飯のわかめ豚肉チャーハン・人参スティック・豆腐の味噌汁	②有機軟飯・しらす干し・お麩と人参のすき焼き煮・豆腐の味噌汁	③麦茶・桃・ゼリー	④①豚肉・わかめ・玉葱・人参・大豆・小麦②チーズ・しらす干し・牛肉・お麩・人参・大豆③桃・ゼラチン・米
30	水	①有機ご飯・鯖のカレー粉焼き・夏野菜のチーズ焼き・人参サラダ・小松菜の味噌汁	②有機軟飯・甘藷と玉葱のミルク煮・南瓜ペースト・小松菜の味噌汁	③麦茶・バナナ・おせんべい	④①鯖・香辛料・茄子・トマト・ズッキーニ・玉葱・乳・人参・小松菜・大豆・小麦②甘藷・玉葱・乳・南瓜・小松菜・大豆③バナナ・米
31	木	①有機ご飯・鶏肉のトマト煮込み・きゅうりスティック・大根の味噌汁	②有機軟飯のツナ豆乳のリゾット・ニンジンステイック煮・大根の味噌汁	③麦茶・梨・ジャムサンド	④①鶏肉・トマト・玉葱・きゅうり・大根・大豆・小麦②鯖・大豆・チーズ・人参・大根③梨・小麦・乳・イチゴ・ゼラチン

○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のです。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<sup>1</sup>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<sup>2</sup>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。