



平成 29 年 9 月分

# めぐみほいくしつ こんだてひょう

曜日	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	金	①有機パスタのナポリタン・椎茸とちくわの和え物・小松菜のコンソメスープ	②煮込みうどん・南瓜やわかか煮・わかめの味噌汁	③麦茶・梨・ビスケット	①鶏肉・玉葱・ピーマン・人参・魚肉・椎茸・小松菜②大豆・鶏肉・小麦・南瓜・わかめ③梨・小麦・卵・乳
2	土	①有機・秋刀魚の蒲焼き・南瓜とインゲンのサラダ・玉葱と豆腐の味噌汁	②有機軟飯・鶏ささみの味噌煮・大根おかか煮・玉葱と豆腐の味噌汁	③麦茶、バナナ・ジャムサンド	①秋刀魚・南瓜・インゲン・玉葱・卵・大豆②鶏肉・玉葱・大根・大豆③バナナ・小麦・乳・ゼラチン・イチゴ
4	月	①有機ご飯・ゴボウと牛肉の甘辛煮・スティックきゅうり・花麴の味噌汁	②有機軟飯・牛挽肉醤油煮・南瓜柔らか煮・花麴の味噌汁	③麦茶・みかん・クッキー	①ゴボウ・牛肉・きゅうり・大豆・小麦②牛肉・南瓜・大豆・小麦③卵・乳・みかん・小麦
5	火	①有機親子丼(※鶏肉丼)・じゃが鮭焼きコロッケ・油揚げと小松菜の味噌汁	②有機軟飯・鶏そぼろと玉葱甘煮・ニンジンスティック煮・油揚げと小松菜の味噌汁	③スポーツドリンク・りんご・ウエハース	①鶏肉・玉葱・人参・じゃが芋・鮭・小松菜・大豆②鶏肉・玉葱・人参・大豆・小松菜③りんご・小麦・卵
6	水	①有機ご飯・鯖の味噌煮・シーセージと大根のサラダ・茄子の味噌汁	②有機軟飯・豆腐入り鶏バーグ・きゅうりスティック煮・茄子の味噌汁	③スポーツドリンク・桃・ジャムサンド	①鯖・豚肉・大根・小麦・茄子・大豆②大豆・鶏肉・きゅうり・茄子③乳・桃・小麦・いちご・ゼラチン
7	木	①有機ご飯・ささみのカレー揚げ・人参とツナのしりしり・わかめの味噌汁	②有機軟飯・薩摩揚げと鶏肉の煮物・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鶏肉・ツナ・人参・わかめ・大豆・②魚肉・鶏肉・大豆・わかめ・きゅうり③小麦・卵・乳・みかん
8	金	①有機ご飯・豚バラ大根ケッチャップ煮・コールスローサラダ・人参の味噌汁	②有機軟飯・豆腐のケッチャップ煮・鶏肉のコーンクリーム煮・人参の味噌汁	③麦茶・桃・カルシウム煎餅	①豚肉・大根・トマト・キャベツ・大豆・人参②鶏肉・コーン・大根・人参・大豆・小麦③桃・小麦・卵・乳
9	土	①有機ご飯・チキンカレー・きゅうりのごまサラダ・椎茸のコンソメ	②有機軟飯・さつまいものそぼろ煮・茄子の柔らか煮・薄いコンソメスープ	③麦茶・パイナップル・ゼリー	①鶏肉・乳・じゃが芋・人参・玉葱・きゅうり・椎茸・②茄子・鶏肉・甘藷・人参・③パイナップル・ゼラチン
11	月	①有機ご飯・麻婆茄子・ごまきゅうりの冷や奴・甘藷とベーコンの味噌汁	②有機煮込みうどん・ツナと人参の甘煮・大根のおかか煮・甘藷とベーコンの味噌汁	③麦茶・りんご・塩むすび	①大豆・豚肉・豆腐・ネギ・茄子・きゅうり・ごま・甘藷・小麦②有機小麦・ツナ・トマト・大豆・大根・鰹・人参・甘藷③りんご

12	火	①有機焼きうどん・鶏肉のマヨネーズ卵の花・大根の味噌汁	②有機軟飯・高野豆腐のそぼろ煮・人参スティック煮・大根の味噌汁	③麦茶・みかん・シュガートースト	④有機小麦・豚肉・キャベツ・人参・もやし・大豆・鶏肉・キャベツ・大根⑤大豆・鶏肉大根・人参・大豆・⑥ミカン・小麦・卵・乳
13	水	●保護者参加保育日参加者：軽食のお土産 ●通常保育園児の昼食：有機ご飯の甘辛鶏そぼろ丼・きゅうりとなまり節の甘酢・わかめの味噌汁	●保護者参加保育日参加者：軽食のお土産●通常保育園児の昼食：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・バナナ・クッキー	④鶏肉・ネギ・きゅうり・鰹・大豆・わかめ⑤薩摩揚げ・鶏肉・きゅうり・わかめ・大豆⑥バナナ・小麦・バター卵・乳
14	木	①有機五目ご飯・ミートボールのチーズ焼き・人参スティック・青梗菜の味噌汁	②有機軟飯・たらバーグバター醤油・マッシュポテト・青梗菜の味噌汁	③麦茶・梨・ビスケット	④鶏肉・牛肉・玉葱・椎茸・トマト・人参・青梗菜・大豆⑤たら・大豆・じゃが芋・乳・青梗菜⑥梨・小麦・卵・乳
15	金	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有機軟飯・豆腐鶏バーグの煮込み・きゅうりスティック煮・小松菜味噌汁	③スポーツドリンク・もも・おせんべい	④⑤鶏肉・トマト・じゃが芋・きゅうり・玉葱・小松菜・人参・大豆⑥乳・桃・小麦・米
16	土	①有機ご飯・海老カツ・きゅうりとキャベツのサラダ・椎茸の味噌汁	②有機軟飯・大根と鰹の煮物・人参スティック煮・椎茸の味噌汁	③スポーツドリンク・リンゴ・クラッカー	④海老・青豆・じゃが芋・人参・椎茸・きゅうり・キャベツ・小麦・大豆⑤大豆・鰹・大根・人参・椎茸⑥乳・りんご・小麦・油脂
19	火	①有機ご飯・皮なしシューマイ・きゅうりとアボカドのサラダ・茄子の味噌汁	②有機軟飯・豚挽肉のクリーム煮・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豚肉・玉葱・きゅうり・アボカド・茄子・青豆・大豆⑤大豆・鶏肉・乳・馬鈴薯・大根⑥乳・桃・小麦・卵・乳
20	水	①有機チキンライス・肉じゃが・人参スティック・大根の味噌汁	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鶏肉・玉葱・ピーマン・じゃが芋・白滝・青豆・牛肉・人参・大根・大豆⑤大豆・鶏肝・トマト・きゅうり⑥りんご・小麦・卵・乳
21	木	①有機マイタケご飯・ひじき入りハンバーグ・たらこポテト・青梗菜の味噌	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・マイタケ・ひじき・豚肉・じゃが芋・たらこ・青梗菜・大豆⑤小麦・大豆・南瓜・鮪・人参⑥ミカン・小麦・卵・乳
22	金	①有機ご飯・牛肉と野菜のバーベキューソース・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・牛肉・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
25	月	①有機ご飯・チキンウィングと人参のコーラ煮・スティック胡瓜・小松菜の味噌汁	②有機軟飯・鶏肉の野菜あんかけ・小松菜の味噌汁	③お茶・桃・ジャムサンド	④鶏肉・コーラ・人参・玉葱・小松菜・きゅうり・大豆⑤大豆・キャベツ・鶏肉・小松菜⑥桃・ゼラチン・小麦・イチゴ・乳
26	火	①有機そうめんのゆで豚ホワイトソースかけ・人参しりしり・大根の味噌汁	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・大根の味噌汁	③お茶・梨・クリームサンド	④ネギ・豚肉・乳・有機小麦・人参・大豆・大根⑤大豆・しらす・大根・じゃが芋・鶏肉・きゅうり・大豆⑥梨・小麦・乳
27	水	①有機ご飯・白身魚とじゃが芋のチーズバーグ・トマトとパセリのサラダ・わかめの味噌汁	②有機軟飯・鶏肉と里芋のお焼き・大根のスティック煮・わかめの味噌汁	③牛乳・リンゴ・ゆかりおにぎり・	④たら・じゃが芋・チーズ・トマト・パセリ・わかめ・大豆⑤鶏肉・里芋・大根・わかめ・大豆⑥乳・りんご・紫蘇

28	木	㊶有機ご飯・玉葱入りポークチョップ・インゲンのソテー・茄子の味噌汁	㊷有機軟飯・豚と白菜のそぼろ餡・きゅうりスティック煮・茄子の味噌汁	㊸麦茶・バナナ・おせんべい・	㊹豚肉・トマト・玉葱・インゲン・茄子・大豆㊺豚肉・白菜・大豆・きゅうり・茄子㊻米・バナナ
29	金	㊶有機鶏五目ご飯・コーンチーズ餃子・厚揚げのしらすあんかけ・大根の味噌汁	㊷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	㊸麦茶・みかん・クッキー	㊹鶏肉・椎茸・筍・コーン・チーズ・卵・小麦粉・大豆・しらす干し・大根㊺じゃが芋・鮪・人参・大根・大豆㊻みかん・小麦・卵・乳
30	土	㊶有機ご飯・豆腐のエビマヨ風・鶏肉と人参の甘辛炒め・水菜の味噌汁	㊷有機軟飯・しらす干し・豆腐のエビマヨ風・水菜の味噌汁	㊸麦茶・桃・ゼリー	㊹鶏肉・トマト・玉葱・人参・大豆・水菜・卵・小麦㊺しらす干し・卵・水菜・トマト・大豆㊻桃・ゼラチン・米

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<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。