



平成30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～)	離乳食後期 (生後9ヶ月～)	おやつ (午前は果物・ 午後は軽食)	使用されている特定アレルギー食材27品目
1	月	①有機ご飯・サイコロステーキ人参ソース・サツマイモのポテトサラダ・小松菜のお味噌汁	②有機軟飯・肉団子の柔らか煮・大根スティック煮・小松菜の味噌汁	②麦茶・バナナ・ジャムサンド	①牛肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦③小麦・乳・バナナ
2	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有機軟飯・もやしのそぼろ煮・マッシュポテト・豆腐味噌汁	②麦茶、りんご・ホットケーキ	①鯖・大豆・小麦②大豆・乳・牛肉・小麦③乳・小麦・りんご・卵
3	水	①有機ご飯・すき焼き風牛肉煮・大根のゆかり和え・茄子の味噌汁	②有機軟飯・牛挽肉醤油煮・白菜煮浸し・茄子の味噌汁	②麦茶・梨・クッキー	①牛肉・大豆・小麦②大豆・牛肉・小麦③乳・卵・小麦
4	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有機しらす軟飯・ソフトオムレツ・カボチャペースト・水菜コンソメスープ	②牛乳・バナナ・クリームサンド	①牛肉・大豆・小麦②大豆・卵・小麦③バナナ・小麦・大豆
5	金	「保護者参加保育日」通常保育児の昼食は別途連絡 お持ち帰りの園児用軽食有り	完了期参照	②豆乳・桃・麦ウエハース	③大豆・小麦・桃
6	土	①有機ご飯・ミートボールのホワイトシチュー・人参・わかめの味噌汁	②有機軟飯・豆腐のそぼろ煮・人参スティック煮・わかめ味噌汁	②麦茶・みかん・クッキー	①鶏肉・大豆・乳・小麦②大豆・鶏肉・小麦③大豆・乳・卵・小麦
9	火	①有機ご飯・ビーフカレー・きゅうりのツナ和え・里芋とネギの味噌汁	②有機軟飯・鶏肉の柔らか煮・ブロッコリーの煮浸し・里芋の味噌汁	②麦茶・桃・おせんべい	①牛肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦③桃・小麦・乳
10	水	①有機ご飯・鶏肉のマーマレード煮・キャベツのじゃこサラダ・えのき茸の味噌汁	②有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・人参スティック煮・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・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦③卵・小麦・乳

11	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有機軟飯・南瓜そぼろ煮・油麩卵とじ・甘藷の味噌汁	③麦茶・りんご・塩むすび	④豚肉・乳・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・卵・小麦⑥胡麻・りんご
12	金	①有機茸ご飯・鶏肉のマヨ醤油唐揚げ・人参のグラッセ・わかめと豆腐の味噌汁	②有機軟飯・大根とツナの煮物・人参スティック煮・豆腐の味噌汁	③麦茶・みかん・バームクーヘン	④鶏肉・大豆・小麦⑤大豆・小麦⑥小麦・乳・卵
13	土	①有機ご飯の牛肉丼（玉葱入り）・インゲンのごま和え・人参と油揚げの味噌汁	②有機軟飯・鰹の味噌煮・きゅうりスティック煮・人参の味噌汁	③麦茶・桃・クッキー	④牛肉・胡麻・大豆・小麦⑤大豆・小麦⑥桃・卵・小麦・乳
15	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有機軟飯・豆腐のみそ煮・マッシュポテト・青梗菜の味噌汁	③麦茶・パイナップル・ピスケット	④豚肉・大豆・小麦⑤大豆・小麦⑥小麦・乳
16	火	①有機ご飯・チーズハンバーグ・3種野菜のポテトサラダ・野菜たっぷり豚汁	②有機軟飯・肉団子の柔らか煮・きゅうりスティック煮・具なし味噌汁	③牛乳・もも・おせんべい	④牛肉・豚肉・乳・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・小麦・⑥桃・米・乳
17	水	①有機ご飯・クラムチャウダー・焼き豚ともやしと椎茸の炒め物・菠薐草の味噌汁	②有機軟飯・鶏肉柔らか煮・人参スティック煮・菠薐草の味噌汁	③麦茶・バナナ・クラッカー	④豚肉・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・小麦⑥バナナ・小麦
18	木	①有機チキンリゾット・豆腐のエビマヨ風・スティックきゅうり・椎茸の味噌汁	②有機軟飯・もやしのそぼろ煮・マッシュポテト・椎茸の味噌汁	③牛乳・桃・ホットケーキ	④鶏肉・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・小麦⑥桃・小麦・卵・乳
19	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有機軟飯・牛肉柔らか煮・きゅうりスティック煮・大根の味噌汁	③麦茶・りんご・クッキー	④豚肉・牛肉・大豆・小麦⑤大豆・牛肉・小麦⑥卵・りんご・小麦・乳
20	土	①有機ご飯・鮭&牛肉そぼろ・2種野菜とマカロニサラダ・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	④牛肉・鮭・大豆・小麦⑤大豆・小麦⑥乳・小麦・卵
22	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・パイナップル・おせんべい	④鶏肉・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・小麦⑥米
23	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）・大根の味噌汁	②しらす入り有機軟飯・豆腐のケチャップ煮・大根の味噌汁	③麦茶・桃・ジャムサンド	④鶏肉・牛肉・豚肉・大豆・乳・小麦⑤大豆・小麦⑥乳・小麦・桃
24	水	①有機ご飯・牛肉入り炒り豆腐・ほうれん草のごま和え・じゃが芋の味噌汁	②煮込みうどん・肉団子の柔らか煮・きゅうりスティック煮・じゃが芋の味噌汁	③麦茶・梨・クリームサンド	④牛肉・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・小麦⑥小麦・乳
25	木	①有機ご飯・コーンクリームグラタン・たらこポテト・ボイルブロッコリー・小松菜の味噌汁	②有機軟飯・鰹のみそ煮・大根のスティック煮・小松菜の味噌汁	③牛乳・リンゴ・ゆかりおにぎり・	④大豆・鶏肉・乳・小麦⑤大豆・小麦⑥乳・りんご
26	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有機軟飯・豆腐の醤油煮・きゅうりスティック煮・茄子の味噌汁	③麦茶・バナナ・おせんべい・	④鶏肉・大豆・小麦⑤大豆・小麦⑥バナナ・米

27	土	①有機ご飯・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	④鯖・乳・大豆・小麦⑤大豆・卵・小麦⑥乳・小麦・ 卵
29	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有機軟飯・肉団子の柔らか煮・大根ス ティック煮・水菜の味噌汁	③麦茶・桃・ゼリー	④豚肉・大豆・小麦⑤鶏肉・大豆・小麦⑥桃・ゼラ チン
30	火	①有機パスタのソーセージナポリタン・南瓜とインゲ ンのサラダ・蒟蒻草とハムのスープ	②有機軟飯・もやしのそぼろ煮・マッシ ュポテト・蒟蒻草のスープ	③麦茶・バナナ・きつねお にぎり・	④豚肉・大豆・小麦⑤大豆・鶏肉・小麦⑥バナナ・ 大豆・小麦
31	水	〔ハロウィン行事食〕お化けの有機おにぎり・ハロウ インチキントマト煮スカル肉まん添え・南瓜のスープ	③有機軟飯・牛挽肉醤油煮・白菜煮浸 し・南瓜のスープ	④牛乳・バナナ・カステラ	⑤鶏肉・豚肉・大豆・小麦⑥大豆・牛肉・小麦⑦パ ナナ・小麦・卵・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。

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。