



令和4年10月分 めぐみほいくしつ こんだてひょう

| 日 | 曜日 | 普通食 (生後12ヶ月～) | 離乳食後期 (生後9ヶ月～) | 普通食おやつ (午前は果物・午後は軽食) | 離乳食おやつ (午後分) | 使用されている 特定アレルギー食材 |
|---|----|--|-----------------------------------|-------------------------|-----------------|--------------------------------|
| 1 | 土 | ①有機ご飯・肉巻きポテト・人参ときゅうりのサラダ・小松菜と豆腐のお味噌汁 | | ③麦茶・バナナ・ジャムサンド | | ①牛肉・大豆・小麦③小麦・乳・バナナ |
| 3 | 月 | ①有機ご飯・やわらかヒレカツ・南瓜の甘煮・玉葱と豆腐の味噌汁 | ②有機軟飯・肉団子の柔らか煮・人参スティック煮・豆腐の味噌汁 | ③麦茶・りんご・ホットケーキ | ④ベビーせんべい | ①豚肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦③小麦・乳・りんご・卵④ |
| 4 | 火 | ①有機五目ご飯・鱈のバターカレー風味・大根とツナのサラダ・わかめの味噌汁 | ②有機軟飯・鮭のそぼろ・マッシュポテト・わかめの味噌汁 | ③麦茶・梨・イチゴミルクもち | ④イチゴミルクもち | ①鶏肉・大豆・乳・小麦②大豆・鮭・小麦③乳④乳 |
| 5 | 水 | 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有機軟飯・はんぺんのそぼろ煮・カボチャペースト・クリームスープ | ③牛乳・桃・おせんべい | ④りんごきんとん | ①牛肉・大豆・小麦②大豆・乳・小麦③小麦・乳・バナナ④ |
| 6 | 木 | 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・大根とツナの煮物・きゅうりスティック煮・茄子のお味噌汁 | ③麦茶・みかん・焼きおにぎり | ④ベビーせんべい | ①豚肉・大豆・小麦②大豆・小麦③・④ |
| 7 | 金 | ①有機ご飯・豚バラ大根煮・人参とキャベツのチーズ焼き・舞茸と豆腐の味噌汁 | ②有機軟飯・鶏レバーつぶし煮・大根スティック煮・豆腐の味噌汁 | ③麦茶・バナナ・クッキー | ④卵ボーロ | ①豚肉・大豆・小麦②大豆・小麦③小麦・乳・卵・バナナ④卵 |
| 8 | 土 | ①有機ご飯・鶏肉のマーマレード煮・キャベツとカニカマのサラダ・えのき茸と豆腐の味噌汁 | | ③麦茶・桃・ビスケット | | ①鶏肉・大豆・小麦③小麦・桃 |

| | | | | | | |
|----|---|---|--------------------------------------|---------------------|------------|-------------------------------------|
| 11 | 火 | ①有機ご飯・豚肉と茄子の味噌炒め・もやしと胡瓜の中華サラダ・大根と油揚げの味噌汁 | ②有機軟飯・キャベツそぼろ煮・青梗菜煮・お麴の味噌汁 | ③麦茶・パイナップル・かぼちゃ蒸しパン | ④かぼちゃ蒸しパン | ①豚肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦③小麦・乳④小麦 |
| 12 | 水 | ①有機ご飯・麻婆はるさめ・キャベツとチーズのサラダ・甘藷とお麴の味噌汁 | ②有機軟飯・ソフトオムレツ・人参スティック煮・甘藷の味噌汁 | ③麦茶・りんご・マカロニきなこ | ④マカロニきなこ | ①豚肉・大豆・乳・小麦②大豆・卵・小麦③小麦・大豆・りんご④大豆・小麦 |
| 13 | 木 | ①有機しらすご飯・鶏肉のマヨ醤油唐揚げ・人参のスティック・わかめと豆腐の味噌汁 | ②有機軟飯・白身魚の煮物・キュウリスティック煮・豆腐の味噌汁 | ③麦茶・みかん・プチケーキ | ④ベビーせんべい | ①鶏肉・大豆・小麦②大豆・小麦③小麦・乳・卵④ |
| 14 | 金 | ①有機ご飯・ビーフミルクカレー・きゅうりのツナ和え・ぶなシメジの味噌汁 | ②有機軟飯・鯖の味噌煮・大根スティック煮・クリームスープ | ③麦茶・バナナ・クッキー | ④卵ボーロ | ①豚肉・大豆・乳・小麦②大豆・小麦③小麦・乳・卵・バナナ④卵 |
| 15 | 土 | ①有機ご飯・豚肉とキノコの味噌炒め・揚げ茄子とじゃが芋のサラダ・青梗菜の味噌汁 | | ③麦茶・みかん・おせんべい | | ①豚肉・大豆・小麦③小麦 |
| 17 | 月 | ①有機ご飯・チーズハンバーグ・ひじきとツナとトマトのサラダ・野菜たっぷり豚汁 | ②有機軟飯・ナスとひき肉のとろとろ煮・きゅうりスティック煮・とん汁 | ③牛乳・桃・黒糖パウンドケーキ | ④黒糖パウンドケーキ | ①豚肉・乳・大豆・小麦②大豆・小麦③小麦・乳・卵・桃④小麦・乳・卵 |
| 18 | 火 | ①有機ご飯・焼き豚ともやしと椎茸の炒め物・ほうれん草の味噌汁 | ②有機軟飯・牛ひき肉煮・マッシュポテト・ほうれん草の味噌汁 | ③麦茶・バナナ・クラッカー | ④スイートポテト | ①豚肉・大豆・小麦②大豆・小麦③小麦・乳・バナナ④乳 |
| 19 | 水 | ①有機チキンライス・ゆで豚ときゅうりとパプリカのサラダ・椎茸とお麴の味噌汁 | ②有機軟飯・鶏肉柔らか煮・人参スティック煮・お麴の味噌汁 | ③牛乳・桃・ジャムサンド | ④ベビーせんべい | ①鶏肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦③小麦・乳・桃④ |
| 20 | 木 | ①有機ご飯・豚の角煮・南瓜と甘藷のサラダ・大根の味噌汁 | ②有機軟飯・キャベツのそぼろ煮のとろとろ煮・マッシュポテト・大根の味噌汁 | ③麦茶・りんご・狐おにぎり | ④卵ボーロ | ①豚肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦③りんご・大豆④卵 |
| 21 | 金 | ①有機ご飯・ひれカツ・胡瓜とツナのマカロニサラダ・人参と小松菜の味噌汁 | ②有機軟飯・豆腐とツナの煮物・南瓜ペースト・人参の味噌汁 | ③麦茶・みかん・黒糖ミルクもち | ④黒糖ミルクもち | ①豚肉・大豆・小麦②大豆・小麦③小麦・乳④乳 |
| 22 | 土 | 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 | | ③麦茶・パイナップル・クッキー | | ①豚肉・大豆・小麦③④小麦・乳・卵④ |
| 24 | 月 | ①有機ビーフドライカレー・煮込みハンバーグ(インゲンと玉葱入り)・小松菜と揚げの味噌汁 | ②しらす入り有機軟飯・鯖の味噌煮・優しい肉じゃが・揚げの味噌汁 | ③牛乳・桃・バナナ蒸しパン | ④バナナ蒸しパン | ①牛肉・大豆・小麦②大豆・牛肉・小麦③小麦・乳・桃④小麦 |
| 25 | 火 | ①有機ご飯・牛肉豆腐・ほうれん草と人参のごま和え・さつまいもの味噌汁 | ②有機軟飯・カボチャのそぼろ煮・人参スティック煮・わかめの味噌汁 | ③麦茶・梨・ふかし芋 | ④ふかし芋 | ①豚肉・大豆・小麦②大豆・小麦 |
| 26 | 水 | ①有機ご飯・しめじ入り豚の角煮・蓮根と豆のサラダ・コーンスープ | ②有機軟飯・はんぺんそぼろ煮・キュウリスティック煮・コーンクリームスープ | ③麦茶・りんご・ホットケーキ | ④ベビーせんべい | ①豚肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉・乳・小麦③小麦・乳・卵・りんご④ |

| | | | | | | |
|----|---|--|-------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|-------------------------------|
| 27 | 木 | ㊶有機ご飯・鶏つくねのバター照り焼き・ブチトマトとツナのマリネ・茄子の味噌汁 | ㊷有機軟飯・かぼちゃシチュー・大根スティック煮・茄子の味噌汁 | ㊸麦茶・バナナ・おせんべい・ | ㊹りんごきんとん | ㊺鶏肉・大豆・小麦㊻大豆・小麦㊼バナナ㊽りんご |
| 28 | 金 | ㊶有機ご飯・鯖の味噌煮・ブロッコリーのカレーソース・厚揚げと大根の味噌汁 | ㊷有機軟飯・ソフトオムレツ・マッシュポテト・大根の味噌汁 | ㊸麦茶・みかん・人参蒸しパン | ㊹人参蒸しパン | ㊺鯖・大豆・小麦㊻大豆・卵・小麦㊼小麦・乳㊽小麦 |
| 29 | 土 | ㊶有機ご飯・鶏の中華炒め・ニラともやしのナムル・水菜と油揚げの味噌汁 | | ㊸麦茶・桃・マフィン | | ㊺鶏肉・大豆・小麦㊻桃・卵・小麦・乳 |
| 31 | 月 | 〔ハロウィン行事食〕お化けの有機ハヤシライス・かぼちゃんチーズサラダ・ブロッコリーとベーコンのクリームスープ | ㊷有機軟飯・白身魚の煮物・人参スティック煮・ブロッコリークリームスープ | ㊸牛乳・バナナ・プチケーキ&ハロウィンラムネ（お持ち帰り） | ㊹ベビーせんべい&ハロウィンラムネ（お持ち帰り） | ㊺牛肉・乳・大豆・小麦㊻大豆・小麦㊼小麦・乳・卵・バナナ㊽ |

○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。

○昼食の主食はすべて、有機栽培 or 自然栽培されたものを使用しています。

○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。