



めぐみほいくしつ・こんだてひょう

2022年12月分

日	曜日	普通食 (生後12ヶ月～)	離乳食後期 (生後9ヶ月～11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	木	①有機ご飯・骨なし鯖の味噌煮・人参とキャベツと南瓜のサラダ・薩摩芋と大根とお麴の味噌汁	②有機軟飯・豆腐と挽肉の味噌煮・マッシュポテト・春雨の味噌汁	③麦茶・バナナ・海老せんべい	④じゃこせんべい	①鯖・大豆・小麦②鶏肉・大豆・小麦③小麦・バナナ・乳④
2	金	①有機ご飯・レバーかつ丼・プチトマトともやしの中華サラダ・水菜とキャベツと肉団子の味噌汁	②有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・すりおろしニンジンのバター煮・小松菜の味噌汁	③牛乳・りんご・イチゴ蒸しパン	④イチゴ蒸しパン	①牛肉・鶏肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉③乳・小麦・りんご④乳・小麦
3	土	コミュニティセンターで「親子クリスマス会」 (おやつ・軽食・飲み物の配布及びお持ち帰りあります。)				
4	月	①有機パスタのミートソース・甘藷とブロッコリーのサラダ・水菜のコンソメ	②有機軟飯・鯖のそぼろ・トマト煮・お麴の味噌汁	③麦茶・桃・プチケーキ	④卵ポーロ	①鶏肉・大豆・小麦②鯖・小麦・大豆③桃・小麦・卵・乳④卵
6	火	①有機ご飯・鶏つみれと白菜のクリーム煮・人参のグラッセ・大根とお麴の味噌汁	②有機軟飯・ソフトオムレツ・カボチャペースト・お麴の味噌汁	③麦茶・バナナ・焼きおにぎり	④りんごきんとん	①鶏肉・大豆・小麦②鶏肉・卵・大豆・小麦③バナナ④りんご
7	水	①有機ご飯・五目野菜の酢豚・ツナときゅうりのサラダ・ワカメと豆腐の味噌汁	②有機軟飯・鶏レバーの煮つぶし・キャベツの煮浸し・豆腐の味噌汁	③麦茶・みかん・シュガートースト	④ソフトフレンチトースト	①豚肉・大豆・小麦②鶏肉・大豆・小麦③乳・小麦④卵・乳・小麦
8	木	①有機ご飯・チキンミルクカレー・有機サツマイモサラダ・大根の味噌汁	②有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・ニンジンスティック煮・大根の味噌汁	③牛乳・桃・南瓜蒸しパン	④南瓜蒸しパン	①鶏肉・乳・大豆・小麦②小麦・鶏肉・大豆③桃・小麦・乳④小麦・乳

9	金	①有機ご飯・ベジミートローフ・わかめときゅうりの甘酢・野菜たっぷり豚汁	②有機煮込みうどん・鯖のケチャップ煮・ナスのやわらか煮・ポタージュ	③麦茶・りんご・マカロニきなこ	④マカロニきなこ	①牛肉・大豆・小麦・豚肉②小麦・大豆・鯖③④小麦・大豆・りんご
10	土	①有機ご飯・豚ヒレとんかつ・人参グラッセ・キャベツと豆腐の味噌汁		③麦茶・桃・卵パン		①豚肉・大豆・小麦③桃・小麦・乳・卵
12	月	①有機ご飯・鮭のバタームニエル・キャベツとベーコンのお焼き・椎茸とお麩の味噌汁	②有機軟飯・お麩とツナの煮物・人参スティック煮・豆腐の味噌汁	③麦茶・ミカン・アンパンマンポテト	④ベビーせんべい	①豚肉・鮭・大豆・小麦②大豆・小麦③大豆・④
13	火	①有機ご飯・おでん・ほうれん草とベーコンのサラダ・コーンクリームスープ（豆乳仕立て）	②有機軟飯・厚揚げのそぼろ煮・青梗菜煮・コーンクリームスープ（豆乳仕立て）	③麦茶・パイナップル・バナナケーキ	④バナナケーキ	①豚肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦③乳・バナナ・小麦④バナナ・小麦・乳
14	水	①有機ご飯・ビーフストロガノフ・小松菜の胡麻和え・人参と油揚げの味噌汁	②有機軟飯・大根とツナの煮物・かぼちゃペースト・人参の味噌汁	③麦茶・桃・狐おにぎり	④ヨーグルト	①牛肉・乳・大豆・ゴマ・小麦②小麦・大豆③桃・大豆④乳・ゼラチン
15	木	①有機ご飯・豚バラと白菜の中煮・ブロッコリーの白和え・えのきだけと油揚げの味噌汁	②有機軟飯・もやしのそぼろ煮・マッシュポテト・高野豆腐の味噌汁	③麦茶・りんご・ビスケット	④スイートポテト	①豚肉・小麦・大豆②鶏肉・大豆・小麦③りんご・小麦・乳④乳
16	金	①有機ご飯・骨なし鯖のカレー粉焼き・白菜と厚揚げのトロトロ・人参とほうれん草の味噌汁	②有機軟飯・サーモンそぼろ・きゅうりスティック煮・豆腐の味噌汁	③牛乳・ミカン・ホットケーキ	④ベビーせんべい	①鯖・大豆・小麦②鮭・大豆③乳・卵・小麦④
17	土	①有機ご飯・牛肉の麻婆春雨・3種野菜のポテトサラダ・茄子の味噌汁		③麦茶・バナナ・おせんべい		①牛肉・大豆・小麦③バナナ
19	月	①有機ご飯・野菜入り鶏肉団子照り焼き・ニンジンのチーズおやき・わかめと豆腐の味噌汁	②有機軟飯・まぐろのそぼろ・人参スティック煮・豆腐の味噌汁	③麦茶・桃・カステラ	④ソフトフレンチトースト	①鯖・大豆・小麦②大豆・小麦③小麦・乳・卵・桃④卵・乳・小麦
20	火	①有機ご飯・鶏の中華炒め・コーンとトマトとブロッコリーのサラダ・大根と油揚げの味噌汁	②有機煮込みうどん・高野豆腐のケチャップ煮・人参スティック煮・大根のお味噌汁	③麦茶・バナナ・ジャムサンド	④パンプディング	①鶏肉・大豆・小麦②鶏肉・小麦・大豆③小麦・バナナ・乳④乳・小麦・卵
21	水	①有機ご飯・豚肉豆腐・ブロッコリーと南瓜のサラダ・玉葱と水菜の味噌汁	②有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・大根のスティック煮・水菜の味噌汁	③麦茶・みかん・バームクーヘン	④りんごきんとん	①豚肉・大豆・小麦②大豆・小麦・鶏肉③小麦・卵・乳④りんご
22	木	①有機ご飯・ひじき入りハンバーグ・ワカメとインゲンのサラダ・舞茸とお麩の味噌汁	②有機軟飯・豆腐の卵とじ・胡瓜スティック煮・お麩の味噌汁	③飲むヨーグルト・リンゴ・カルシウムせんべい	④ベビーせんべい	①牛肉・大豆・小麦②卵・小麦・大豆③乳・りんご④
23	金	〔行事食・クリスマスプレート〕①有機ご飯のきら星ピラフ・ローストチキン・クリスマスツリーサラダ・ビーフシチュー	②有機軟飯・鶏肉の照り焼き風煮・人参スティック煮・優しいシチュー	③麦茶・バナナ・クリスマスデコレーションケーキ	④カステラプディング	①大豆・牛肉・鶏肉・小麦②鶏肉・小麦・大豆③バナナ・乳・卵・小麦④卵・乳・小麦

24	土	①有機ご飯・やわらかチキンナゲット BBQ ソース・小松菜と人参の白和え・白菜のお味噌汁		③麦茶・ミカン・ふかし芋		①鶏肉・大豆・小麦③無し
26	月	①有機ご飯・ポークミルクカレー・五目卵の花サラダ・わかめと豆腐の味噌汁	②有機軟飯・豆腐と挽肉の煮物・マッシュポテト・豆腐の味噌汁	③麦茶・みかん・カルシウムせんべい	①卵ボーロ	①豚肉・大豆・小麦②大豆・小麦・鶏肉③小麦④卵
27	火	①有機鶏五目ご飯・鶏肉のトマトクリーム煮・胡瓜の中華炒め・人参と油揚げの味噌汁	②有機軟飯・鶏肉のやわらか煮・キャベツの煮浸し・人参の味噌汁	③牛乳・りんご・焼きおにぎり	①プリン	①鶏肉・大豆・小麦②鶏肉・小麦・大豆③りんご・乳④乳・卵
28	水	①有機ご飯・豚の角煮・3種野菜のポテトサラダ・わかめと豆腐の味噌汁	②しらす入り有機軟飯・豆腐の味噌煮・ブロッコリー煮浸し・春雨の味噌汁	③麦茶・ミカン・ウェハース	①ソフトフレンチトースト	①大豆・豚肉・小麦②大豆・小麦③小麦・卵・乳④卵・乳・小麦

○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。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。当該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。献立表にも記載されていますので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年以上農業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作ったJAS認定有機コシヒカリを年間買い付けし、玄米で保存して毎回保育室で胚芽米に精米(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。)、毎朝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、おやつの代替え食品等も随時連絡帳でお知らせいたします。