



めぐみほいくしつ こんだてひょう

2023年 3月分

日	曜	① 普通食 (生後 12 ヶ月～)	② 離乳食後期 (生後 9 ヶ月～11 ヶ月)	③ 普通食 おやつ	④ 離乳食 おやつ	使用されている 特定アレルギー食材
1	水	有機ご飯・牛肉と新玉葱の甘辛炒め・人参ともやしのナムル・キャベツとさつまいもの味噌汁	有機軟飯・鯖の味噌煮・茄子の柔らか煮・お麩の味噌汁	麦茶・バナナ・おせんべい	卵ポーロ	①牛肉・大豆・小麦②鯖・大豆・小麦③小麦・バナナ・乳④卵
2	木	有機ご飯・骨なし鯖の味噌煮・ほうれん草とパプリカのマカロニサラダ・人参と椎茸の味噌汁	有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・ニンジンスティック煮・春雨の味噌汁	麦茶・桃・シュガートースト	スイートポテト	①大豆・小麦・鯖②鶏肉・小麦・大豆③桃・卵・小麦・乳④
3	金	【ひな祭り行事食】有機ご飯のひな祭りちらし寿司・柔らか鶏牛蒡・ブロッコリーのミモザサラダ・桃色ポターージュ	有機軟飯・鶏レバーの煮つぶし・大根スティック煮・豆腐の味噌汁	苺ミルク・りんご・ひなあられ	イチゴヨーグルト	①卵・鶏肉・海老・大豆・小麦②大豆・鶏肉③乳・小麦・りんご④乳・卵
4	土	有機ご飯・豚の角煮とえのきだけの甘味噌和え・キャベツとベーコンの炒め物・キャベツと油揚げの味噌汁		麦茶・バナナ・カニパン		①豚肉・大豆・小麦③乳・卵・小麦・バナナ
6	月	有機ご飯・ビーフミルクカレー・インゲンと厚揚げのあんかけ・しめじと玉葱の味噌汁	有機軟飯・ソフトオムレツ・カボチャペースト・クリームスープ	牛乳・ミカン・おせんべい	りんごきんとん	①牛肉・大豆・小麦②卵・小麦・大豆③乳④リンゴ
7	火	有機小豆ご飯・牛肉団子の甘黒酢煮込み・竹輪と人参のチーズ焼き・ほうれん草と人参の味噌汁	有機軟飯・鶏肉のやわらか煮・きゅうりスティック煮・油揚げの味噌汁	麦茶・りんご・ウェハース	ミルクゼリー	①牛肉・大豆・乳・小麦②鶏肉・小麦・大豆③小麦・りんご・乳④乳・小麦

8	水	有機ご飯・鶏肉の中華炒め・五目野菜ポテトサラダ・大根ト豆腐の味噌汁	有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・大根スティック煮・豆腐のお味噌汁	牛乳・桃・ジャムサンド	卵ボーロ	①鶏肉・乳・大豆・小麦②小麦・鶏肉・大豆③小麦・桃・乳④小麦
9	木	有機ご飯・豚肉豆腐・人参グラッセ・胡瓜とカニカマの酢の物・小松菜と春雨の味噌汁	有機煮込みうどん・鯖のケチャップ煮・ピーマンのやわらか煮・春雨の味噌汁	麦茶・パイナップル・マカロニきなこ	マカロニきなこ	①豚肉・大豆・小麦②小麦・大豆・鯖③大豆・小麦④小麦・大豆・
10	金	有機ご飯・海老カツ・じゃが芋ともやしの炒め物・人参とにらのお味噌汁	有機軟飯・お麩とツナの煮物・人参スティック煮・人参の味噌汁	麦茶・バナナ・狐おにぎり	ベビーせんべい	①海老・大豆・小麦・鶏肉②大豆・小麦③バナナ・大豆・小麦④
11	土	有機ご飯・鶏とさつま揚げのカレー炒め・ほうれん草のツナのサラダ・椎茸と油揚げの味噌汁		麦茶・みかん・クッキー		①鶏肉・大豆・小麦②大豆
13	月	有機ご飯・豚バラ大根・小松菜とベーコンの酢味噌和え・人参と豆腐の味噌汁	②有機軟飯・厚揚げのそぼろ煮・青梗菜煮・豆腐の味噌汁	麦茶・桃・ビスケット	ミルクプリン	①豚肉・大豆・小麦②小麦・鶏肉・大豆③桃・小麦・乳・卵④卵・乳
14	火	有機ご飯・こってり鶏マヨ・ほうれん草のホワイトソース和え・キャベツと油揚げの味噌汁	②有機軟飯・豆腐と挽肉の煮物・茄子の煮物・キャベツの味噌汁	麦茶・バナナ・焼きおにぎり	黒糖蒸しパン	①鶏肉・大豆・乳・小麦②小麦・鶏肉・大豆③バナナ④小麦
15	水	有機ご飯・ビーフストロガノフ・ブロッコリーとハムのソテー・エノキダケと豆腐の味噌汁	②有機軟飯・もやしのそぼろ煮・マッシュポテト・豆腐の味噌汁	麦茶・りんご・バームクーヘン	スイートポテト	①牛肉・小麦・大豆②鶏肉・大豆・小麦③小麦・卵・乳・りんご④乳・卵・小麦
16	木	有機ご飯・味噌豚キャベツ・プチトマトとチーズちくわ・油麩と蕪の味噌汁	②有機軟飯・サーモンそぼろ・きゅうりスティック煮・蕪の味噌汁	飲むヨーグルト・ミカン・ビスケット	ベビーせんべい	①豚肉・大豆・乳・小麦②鮭・鶏肉・大豆③乳・卵・小麦④
17	金	有機ご飯・クリームシチュー・ほうれん草と人参の胡麻和え・サツマイモと油揚げの味噌汁	有機軟飯・まぐろのそぼろ・大根スティック煮・サツマイモの味噌汁	麦茶・りんご・おせんべい	ソフトフレンチトースト	①鶏肉・大豆・ゴマ・乳・小麦②大豆・鶏肉・小麦③りんご・大豆④小麦・卵・乳
18	土	有機ご飯・舞茸ミートローフ・トマトと長芋のマリネ・茄子の味噌汁		麦茶・バナナ・パンケーキ		①牛肉・大豆・小麦②豚肉・小麦・大豆③小麦・バナナ・乳④卵
20	月	有機ご飯・ポークミルクカレー・ツナと大根のサラダ・春キャベツと人参の味噌汁	煮込みうどん・ソーセージのケチャップ煮・人参スティック煮・クリームスープ	麦茶・桃・ジャムサンド	卵ボーロ	①大豆・豚肉・乳・小麦②小麦・卵・乳・桃
22	水	有機ご飯・鶏肉とほうれん草のポン酢炒め・ちくわ胡瓜・プチトマト・ほうれん草とお麩の味噌汁	有機軟飯・ほうれん草のそぼろ煮・キュウリスティック煮・お麩の味噌汁	牛乳・みかん・カステラ	りんごきんとん	①鶏肉・大豆・小麦②大豆・鶏肉・小麦③乳・卵・小麦④りんご
23	木	有機ご飯・麻婆豆腐・トマトとエンドウ豆のソテー・野菜たっぷり豚汁	有機軟飯・豆腐の卵とじ・大根スティック煮・豚汁	麦茶・リンゴ・ふかし芋	ベビーせんべい	①豚肉・大豆・乳・小麦②卵・小麦・大豆③りんご④
24	金	有機ご飯・牛肉と白菜のすき煮・インゲンとパプリカのサラダ・わかめと新玉ねぎの味噌汁	有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・マッシュポテト・わかめの味噌汁	麦茶・バナナ・ホットケーキ	ミルクプリン	①牛肉・豚肉・大豆・小麦②鶏肉・小麦・大豆③バナナ・乳・卵・小麦④乳・卵

25	土	有機ご飯・ミートラザニア・南瓜甘煮・ハムと胡瓜のサラダ・ベーコンスープ		麦茶・桃・ビスケット		①大豆・豚肉・鯖・小麦②鶏肉・小麦・大豆③桃・乳・卵・小麦
27	月	有機五目ご飯・骨なし鰹のカレー粉焼き・胡瓜と人参の胡麻酢和え・大根葉と油揚げの味噌汁	有機軟飯・じゃが芋のそぼろ煮・人参スティック煮・油揚げの味噌汁	麦茶・りんご・クッキー	ベビーせんべい	①鶏肉・大豆・乳・小麦②りんご・卵・小麦・大豆③
28	火	有機ご飯・回鍋肉・舞茸とパプリカの炒め物・かぼちゃと油揚げの味噌汁	有機軟飯・厚揚げのそぼろ煮・青梗菜煮・かぼちゃの味噌汁	麦茶・ミカン・人参蒸しパン	人参蒸しパン	①大豆・豚肉・小麦②小麦・卵・乳・バナナ③④小麦
29	水	有機ご飯・鶏肉の麻婆春雨・中華キャベツ・人参と菜の花の味噌汁	有機軟飯・ソフトオムレツ・カボチャペースト・クリームスープ	麦茶・バナナ・ふかし芋	ふかし芋	①鶏肉・豚肉・大豆・小麦②鶏肉・小麦・大豆③バナナ④
30	木	有機ご飯・チーズハンバーグ・小豆と南瓜のいとこ煮・胡瓜のツナサラダ・水菜と厚揚げの味噌汁	有機軟飯・鶏肉のやわらか煮・きゅうりスティック煮・厚揚げの味噌汁	牛乳・桃・クリームサンド	スイートポテト	①牛肉・豚肉・大豆・乳・小麦②卵・小麦・大豆③桃・小麦・乳④乳
31	金	有機ご飯・鮭とじゃが芋の塩バター・ブロッコリーとトマトのサラダ・えのき茸のかきたま汁	有機軟飯・鶏レバーの煮つぶし・大根スティック煮・かきたま汁	麦茶・みかん・ビスケット	ベビーせんべい	①大豆・小麦・乳・卵・鮭②鶏肉・小麦・卵・大豆③卵・小麦・乳④

〇めぐみ保育室では、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嘱託の管理栄養士と共に実践しています。ですから、お子様の健全な成長のため、その日の給食を完食できることが好ましいですが、基本的に保護者が不安を感じる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、その前日までに出来るだけご家庭で食べさせておいてください。（何度かに分けて少しずつ食べさせた方がよい） 食べさせられなかった場合で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。 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、基本的に代替食品の提供はありません。希望がある場合はお申し出下さい。）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。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】 尚、ナッツ類のアレルギーに関しましては重篤な結果をもたらす恐れがありますので、詳細な医療機関での正式な検査結果データのコピーをご提出ください。

〇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。

〇昼食の主食…離乳食は「後期」（3回食）よりの提供となります。「有機ご飯・有機軟飯」は無農薬有機米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。

〇食物アレルギーがある場合は事前に「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ています。（※印で表記）尚、卵アレルギーが多いためハンバーグ等には卵のつなぎを使用しておりません。おやつ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。