



# めぐみほいくしつ こんだてひょう

## れいわ6ねん5 がっぷん

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 (二回分)	離乳食 おやつ	使用されている 特定アレルギー食材
1	水	Ⓐ 有機五目ご飯・豚肉とコーンのチーズ焼き・春キャベツと椎茸のケチャップ炒め・しめじとお麸のお味噌汁	Ⓑ 有機軟飯・さつまいものそぼろ煮・しいたけと人参の煮浸し・お麸の味噌汁	Ⓒ 麦茶・りんご・カルシウムせんべい	Ⓓ バナナせんべい	Ⓐ 豚肉・乳・鶏肉・大豆・小麦 Ⓑ 大豆・鶏肉・小麦 Ⓒ 小麦・りんご Ⓓ バナナ・小麦
2	木	Ⓐ 有機ご飯・牛肉と春雨の豆腐チャンプルー・カニカマともやしの中華サラダ・小松菜と豆腐の味噌汁	Ⓑ 有機軟飯・鮭のそぼろ煮・白菜煮浸し・春雨のお味噌汁	Ⓒ 麦茶・バナナ・焼きおにぎり	Ⓓ スイートポテト	Ⓐ 牛肉・大豆・小麦 Ⓑ 大豆・鮭・小麦 Ⓒ バナナ Ⓓ 乳
7	火	Ⓐ 「こどもの日の行事給食」有機ご飯の鯉のぼりちらし寿司・鯉のぼりウィンナー・ミートボールのトマトソース・ブロッコリーと南瓜のサラダ・お麸と三つ葉のお吸い物	Ⓑ 有機軟飯・ツナのケチャップ煮・茄子と人参の煮浸し・お麸のお味噌汁	Ⓒ 麦茶・バナナ・ブチケーキ	Ⓓ 牛乳ブリ	Ⓐ 豚肉・海老・鶏肉・大豆・小麦 Ⓑ 大豆・鮭・小麦 Ⓒ 乳・バナナ・卵・小麦 Ⓓ 乳・ゼラチン
8	水	Ⓐ 有機ご飯・カジキマグロのナゲット・さつまいもと人参のグラッセ・スナップエンドウと油揚げの味噌汁	Ⓑ 有機軟飯・ソフトオムレツ(※トロトロシチュー) マッシュポテト・豆腐の味噌汁	Ⓒ 麦茶・りんご・こしあんサンド	Ⓓ かぼちゃ バター煮	Ⓐ 大豆・小麦 Ⓑ 小麦・卵・(※鶏肉)・大豆 Ⓒ 乳・りんご・小麦 Ⓓ 卵・乳
9	木	Ⓐ 有機ご飯・骨なし鯖の中華炒め・鶏肉ともやしの炒めもの・わかめと油揚げの味噌汁	Ⓑ 有機軟飯・ささみ味噌煮・きゅうりスティック煮・油揚げの味噌汁	Ⓒ 牛乳・みかん・アンパンマンポテト	Ⓓ ベビーセんべい	Ⓐ 鶏肉・大豆・鯖・小麦 Ⓑ 大豆・鶏肉 Ⓒ 乳 Ⓓ
10	金	Ⓐ 有機ご飯の玉葱入り豚丼・ブロッコリーとパプリカのサラダ・水菜と豆腐の味噌汁	Ⓑ 有機軟飯・豆腐とサバの醤油煮・キャベツの煮浸し・春雨の味噌汁	Ⓒ 麦茶・桃・狐おにぎり	Ⓓ 卵ボーロ	Ⓐ 豚肉・大豆・小麦 Ⓑ 大豆・鯖・乳 Ⓒ 桃・乳 Ⓓ 卵

11	土	Ⓐ有機ご飯・鶏肉とじゃが芋のバター照り焼き・キャベツと人参のサラダ・さつまいもと水菜の味噌汁		Ⓐ麦茶・バナナ・たまごパン		Ⓐ鶏肉・大豆・乳・小麦③バナナ・小麦・卵・乳
13	月	Ⓐ有機ご飯・椎茸入り豚の角煮・小豆とサツマイモの和風サラダ・小松菜と人参の味噌汁	Ⓑ有機煮込みうどん・ツナのケチャップ煮・人参の味噌汁	Ⓐ麦茶・りんご・ジャムサンド	①卵ボーロ	Ⓐ大豆・豚肉・小麦③小麦・大豆③桃・小麦・乳①卵
14	火	Ⓐ有機ご飯・まぐろのバターソテー・えだまめ豆腐・無限ピーマンサラダ・わかめとお麸の味噌汁	Ⓑ有機軟飯・鮭のそぼろ煮・ニンジンスタイル煮・お麸の味噌汁	Ⓐ麦茶・バナナ・ビスケット	①ベビーセンベイ	Ⓐ乳・大豆・小麦③小麦・大豆・鮭・鶏肉③小麦・乳・卵①卵
15	水	Ⓐ有機ご飯・ビーフミルクカレー・春キャベツとコーンのコールスロー・大根とさつま揚げの味噌汁	Ⓑ有機軟飯・カボチャのそぼろ煮・ブロッコリー煮浸し・大根の味噌汁	Ⓐ麦茶・みかん・狐おにぎり	①卵ボーロ	Ⓐ牛肉・大豆・乳・小麦③大豆・鶏肉・小麦③大豆①卵
16	木	Ⓐ有機ご飯・鶏肉中華炒め・ブロッコリーと椎茸の胡麻マヨ・えのきだけと人参の味噌汁	Ⓑ有機軟飯・牛挽肉の醤油煮・きゅうりスタイル煮・豆腐の味噌汁	Ⓐ牛乳・パイナップル・黒糖蒸しパン	①黒糖蒸しパン	Ⓐ大豆・胡麻・鶏肉・卵・小麦③大豆・牛乳③乳・小麦③小麦
17	金	Ⓐ有機ご飯・肉団子のグラタン風煮・人参とツナのしりしり・小松菜胡麻和え・エリンギの味噌汁	Ⓑ有機軟飯・ツナのケチャップ煮・ニンジンスタイル煮・ポタージュ	Ⓐ麦茶・リンゴ・フルーツゼリー	①ヨーグルト	Ⓐ鶏肉・胡麻・乳・卵・大豆・小麦③大豆・乳・小麦③りんご①乳・ゼラチン
18	土	Ⓐ有機ご飯・ポークチョップ・パプリカともやしの炒め物・舞茸と里芋の味噌汁		Ⓐ麦茶・桃・カニパン		Ⓐ豚肉・小麦・大豆・③桃・小麦・卵・乳
20	月	Ⓐ有機ご飯・ふわふわチキンナゲット・トマトとインゲンのサラダ・コーンスープ	Ⓑ有機軟飯・鶏ささみのチーズ和え・きゅうりスタイル煮・コーンクリームスープ	Ⓐ麦茶・バナナ・ドーナツ	①りんごきんとん	Ⓐ鶏肉・大豆・乳・小麦③鶏肉・乳・大豆③バナナ・小麦・卵・乳①りんご
21	火	Ⓐ有機ご飯・回鍋肉・ハッシュポテト・プチトマト・ほうれん草と里芋の味噌汁	Ⓑ有機軟飯・もやしのそぼろ煮・マッシュポテト・里芋の味噌汁	Ⓐ麦茶・みかん・ウェハース	①ベビーセンベイ	Ⓐ豚肉・大豆・小麦③鶏肉③卵・小麦・乳
22	水	Ⓐ有機パスタのミートソース・胡瓜とプチトマトのコンソメゼリー寄せ・卵とインゲンのコンソメスープ	Ⓑ有機軟飯・ほうれん草のそぼろ煮・胡瓜スタイル煮・コンソメスープ	Ⓐ麦茶・リンゴ・人参蒸しパン	①人参蒸しパン	Ⓐ牛肉・豚肉・大豆・卵・小麦③大豆・鶏肉③リンゴ・小麦③小麦
23	木	Ⓐ有機ご飯・骨なし鯖のカレー粉焼き・ベーコンとホウレン草のサラダ・大根と豆腐の味噌汁	Ⓑしらす入り有機軟飯・鶏肉のそぼろ・人参スタイル煮・大根の味噌汁	Ⓐ麦茶・バナナ・マカロニきなこ	①マカロニきなこ	Ⓐ豚肉・鯖・小麦・大豆③大豆・大豆・鶏肉③バナナ・大豆小麦③大豆・小麦
24	金	Ⓐ有機ご飯・ビーフシチュー・大根と舞茸のバター炒め・豆腐と人参の味噌汁	Ⓑ有機軟飯・キャベツのそぼろ煮・大根のスタイル煮・お麸の味噌汁	Ⓐ牛乳・リンゴ・おせんべい	①ベビーセンベイ	Ⓐ牛肉・乳・大豆・小麦③大豆・鶏肉③りんご・乳①
25	土	Ⓐ有機ご飯・豚バラ大根煮・玉ねぎと人参のラペ・小松菜と豆腐の味噌汁		Ⓐ麦茶・桃・パンケーキ		Ⓐ豚肉・大豆・小麦③大豆・牛肉・小麦③大豆①乳・ゼラチン
27	月	Ⓐ有機ご飯・海老のナゲット・パプリカ入りポテトサラダ・青梗菜と里芋の味噌汁	Ⓑ有機軟飯・牛肉の醤油煮・青梗菜煮・豆腐の味噌汁	Ⓐ麦茶・パイナップル・焼きおにぎり	①ミルクブリン	Ⓐ海老・乳・大豆・小麦③大豆・鶏肉③桃・小麦・卵・乳①卵

28	火	Ⓐ有機ご飯・あらびき肉団子の中華春雨・ウィンナーと小松菜の甘味噌和え・人参とはんぺんの味噌汁	Ⓑ有機軟飯・じゃが芋のそぼろ煮・ニンジンスティック煮・春雨の味噌汁	Ⓒ麦茶・ミカン・ビスケット	Ⓓ卵ボーロ	Ⓐ豚肉・乳・大豆・小麦 Ⓑ大豆・鶏肉 Ⓒ小麦 Ⓓ卵
29	水	Ⓐ有機あづきご飯・豚肉生姜焼き・プチトマト・ピーマン&玉ねぎ炒め・水菜とお麸の味噌汁	Ⓑ有機軟飯・豆腐のそぼろ煮・ブロッコリー煮浸し・お麸の味噌汁	Ⓒ麦茶・桃・クリームサンド	Ⓓパンブディング	Ⓐ鶏肉・豚肉・大豆・小麦 Ⓑ大豆・鶏肉 Ⓒ小麦・桃・乳 Ⓓ小麦・卵・乳
30	木	Ⓐ有機うどんの牛肉じゃじゃ麺・カニカマと若芽の酢の物・大根とじゃが芋の味噌汁	Ⓑ有機煮込みうどん・マグロと高野豆腐の煮込み・大根スティック煮・豆腐の味噌汁	Ⓒ牛乳・リンゴ・おせんべい	Ⓓミルクパン	Ⓐ牛肉・大豆・小麦 Ⓑ大豆・鶏肉・小麦 Ⓒ小麦・りんご・乳 Ⓓ小麦・卵・乳
31	金	Ⓐ有機ご飯・マヨ醤油から揚げ・ポテトとインゲンのバーミヤン・かぼちゃクリームスープ	Ⓑ有機軟飯・コーンと鶏肉のクリーム煮・きゅうりスティック煮・かぼちゃスープ	Ⓒ麦茶・バナナ・人参蒸しパン	Ⓓ人参蒸しパン	Ⓐ鶏肉・乳・大豆・小麦 Ⓑ大豆・鶏肉・小麦 Ⓒ小麦・バナナ

※離乳食おやつの卵ボーロの日は、卵アレルギーのお子さんのみ「きなこ蒸しパン」を提供します。その他の食品の代替食品は※に記載してあります。

●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管理栄養士と共に実践しています。

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望ましいですが、基本的に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、その前日までにご家庭で食べさせておいてください。(何度も分けて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ご相談ください。当該食材を除去した給食を提供するか、様子を見ながらひと匙から試食開始します。(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。ご注意をお願い致します。 特定原材料8品目【卵・乳・小麦・落花生・えび・かに・くるみ・そば】 表示推奨20品目【あわび・いか・いくら・オレンジ・アーモンド・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・鶏肉・豚肉・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…「有機米」「有機そうめん」「有機うどん」「有機パスタ」等、有機主食材はJAS認定の有機栽培食材を使用しています。●食物アレルギーがある場合は必ず事前に医療機関にて検査の後、「食物アレルギー確認申請書」を提出した上で事前に連絡帳にて反応の現状をお知らせください。該当食品の代替え食を提供しております。

尚、所定のお手続き無き場合の食物アレルギー反応発症に関しては免責とさせて頂きます。●めぐみ保育室の給食は普通食で0歳児が平均320kcal～400kcal、1歳児が平均450kcal～500kcal、2歳児が平均550kcal～600kcalの熱量を摂取できるよう設定しております。午前&午後&夕方のおやつでは100kcal～200kcalを目安にしております。