

大豆	魚	卵
生の豆乳のみ除去対応	代替食・除去対応	除去対応

予定献立表・幼児食【魚・卵・大豆アレルギー対応】



曜日	月	火	水	木	金	土	曜日	月	火	水	木	金	土
日					1	2	日	18	19	20	21	22	23
おやつ					お菓子	お菓子	おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
昼食					豚挽肉と野菜カレー だいこんサラダ フルーツ スープ	ごはん 大根と鶏肉の照り煮 白和え風サラダ 味噌汁	昼食	ごはん 鶏のから揚げ コーンと人参のソテー 味噌汁	ごはん 白身魚の煮付け⇒鶏肉へ ツナ炒り豆腐⇒ツナ焼き	鶏肉の照焼き 白菜の煮浸し 味噌汁	ドライカレー きゃべつとコーンのジュー フルーツ スープ	ごはん 白菜とりんごサラダ スープ	ごはん 鶏肉のねぎだれ煮 さつま芋サラダ 味噌汁
主要食材					米・鶏挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 カレー粉・大根・胡瓜・コーン 卵・ごま・フルーツ	米・大根・人参・しめじ・鶏肉・玉ねぎ ごま油・片栗粉・いんげん・豆腐 マヨネーズ・玉ねぎ・りんご・胡瓜・味噌	主要食材	米・鶏肉・しょうが汁・小麦粉・片栗粉 じゃが芋・コーン・人参・いんげん 味噌	米・鶏肉・しょうが汁・小麦粉・片栗粉 ごぼう・人参・コーン・長ねぎ・ツナ缶 味噌	米・しらす・ごま油・青のり・鶏肉 小麦粉・じゃが芋・トマト・白菜 人参・味噌	米・鶏挽肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 ピーマン・カレー粉・きゃべつ コーン・フルーツ	米・大根・小麦粉・りんご・トマト 片栗粉・じゃが芋・白菜・りんご 卵	米・鶏肉・長ねぎ・卵・片栗粉 7時卵・トマト・さつま芋・胡瓜 人参・マヨネーズ・味噌
おやつ					マカロニきなこ 牛乳	キャロットゼリー 牛乳	おやつ	オレンジケーキ 牛乳	そぼろおにぎり 牛乳	豆乳パナナスコーン 牛乳	わかめおにぎり⇒餅除き	ホットケーキ 牛乳	グレープゼリー 牛乳
栄養成分					1杯目 I材料 - 528.0 kcal 蛋白質 17.7 g I材料 - 563.0 kcal 蛋白質 20.3 g	1杯目 I材料 - 506.0 kcal 蛋白質 19.1 g I材料 - 514.0 kcal 蛋白質 20.8 g	1杯目 I材料 - 484.0 kcal 蛋白質 16.3 g I材料 - 511.0 kcal 蛋白質 18.2 g	1杯目 I材料 - 531.0 kcal 蛋白質 21.5 g I材料 - 534.0 kcal 蛋白質 22.7 g	1杯目 I材料 - 472.0 kcal 蛋白質 21.0 g I材料 - 503.0 kcal 蛋白質 22.8 g	1杯目 I材料 - 536.0 kcal 蛋白質 17.9 g I材料 - 574.0 kcal 蛋白質 19.8 g	1杯目 I材料 - 515.0 kcal 蛋白質 15.0 g I材料 - 573.0 kcal 蛋白質 16.6 g	1杯目 I材料 - 490.0 kcal 蛋白質 16.8 g I材料 - 508.0 kcal 蛋白質 20.1 g	
日	4	5	6	7	8	9	日	25	26	27	28	29	30
おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
昼食	さつま芋のキンピラ フルーツ 豆腐スープ	ごはん 麻婆だいこん ひじきの煮物 スープ	ごはん 鮭のポテト焼⇒鶏肉へ 切干の煮物 味噌汁	そぼろかけごはん 南瓜の煮物 きゃべつのお浸し 味噌汁	ごはん ポテトと豚挽肉のトキ煮 白身サラダ⇒ツナ焼き	ごはん 豆腐ステーキ野菜あん かぼちゃサラダ すまし汁	昼食	ごはん 豆腐入り牛肉味噌あん さわやか漬け すまし汁	鶏肉の和風ピラフ 南瓜のきんぴら風 青菜の胡麻和え 味噌汁	ごはん 白身魚のトマトマリネ⇒鶏肉へ かたろの0-0ソース 味噌汁	ごはん 鶏肉のママレード煮 だいこん甘辛炒め 味噌汁	昭和の日	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼 人参しりしり⇒ツナ焼き 味噌汁
主要食材	うどん・ツナ缶・玉ねぎ・人参・ピーマン さつま芋・フルーツ・豆腐・ほつれん豆 玉ねぎ	米・大根・鶏挽肉・玉ねぎ・長ねぎ 人参・味噌・片栗粉・卵・だし・ひじき 高野豆腐・いんげん	米・鮭・じゃが芋・玉ねぎ・豆乳 トマト・卵・切干大根・人参 いんげん・味噌	米・鶏挽肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋 トキ煮・かたろ・白菜・胡瓜・ツナ缶 卵・味噌	米・豆腐・しめじ・玉ねぎ・人参 ほうれん草・片栗粉・胡瓜・胡豆 マヨネーズ・味噌	米・豆腐・しょうが汁・さつま芋 玉ねぎ・いんげん・卵・片栗粉 大根・胡瓜・人参・マヨネーズ・味噌	主要食材	米・豆腐・片栗粉・鶏挽肉・長ねぎ 味噌・小ねぎ・きゃべつ・胡瓜・人参 卵・レモン汁	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・小ねぎ 南瓜・ほうれん草・もやし・ごま マヨネーズ・かたろ・味噌	米・のり・小麦粉・トマト・玉ねぎ 卵・7時卵・かたろ・人参・胡瓜 マヨネーズ・かたろ・味噌	米・鶏肉・片栗粉・玉ねぎ・じゃが芋 ママレード・卵・大根・人参 いんげん・味噌		米・鶏肉・小麦粉・マヨネーズ・卵 アガー・コーン・人参・ツナ缶 味噌
おやつ	ゼリー(沖風風ご飯) 牛乳	オレンジフレンチトースト 牛乳	わかめおにぎり 牛乳	ホットケーキ 牛乳	マカロニきなこ 牛乳	オレンジボンチ 牛乳	おやつ	りんごジャムサンド 牛乳	しらすおにぎり⇒餅除き	バナナスクエア 牛乳	豆乳フレンチトースト 牛乳	アガー・オレンジジュース	オレンジゼリー 牛乳
栄養成分	1杯目 I材料 - 526.0 kcal 蛋白質 20.8 g 3杯目 I材料 - 561.0 kcal 蛋白質 22.1 g	1杯目 I材料 - 516.0 kcal 蛋白質 19.7 g 3杯目 I材料 - 529.0 kcal 蛋白質 20.2 g	1杯目 I材料 - 502.0 kcal 蛋白質 18.1 g 3杯目 I材料 - 516.0 kcal 蛋白質 19.8 g	1杯目 I材料 - 504.0 kcal 蛋白質 18.0 g 3杯目 I材料 - 519.0 kcal 蛋白質 19.8 g	1杯目 I材料 - 517.0 kcal 蛋白質 19.4 g 3杯目 I材料 - 550.0 kcal 蛋白質 21.1 g	1杯目 I材料 - 521.0 kcal 蛋白質 15.2 g 3杯目 I材料 - 570.0 kcal 蛋白質 16.5 g	1杯目 I材料 - 531.0 kcal 蛋白質 20.8 g 3杯目 I材料 - 558.0 kcal 蛋白質 22.4 g	1杯目 I材料 - 506.0 kcal 蛋白質 18.1 g 3杯目 I材料 - 543.0 kcal 蛋白質 19.9 g	1杯目 I材料 - 532.0 kcal 蛋白質 18.4 g 3杯目 I材料 - 543.0 kcal 蛋白質 19.0 g	1杯目 I材料 - 517.0 kcal 蛋白質 19.3 g 3杯目 I材料 - 543.0 kcal 蛋白質 23.3 g	1杯目 I材料 - 517.0 kcal 蛋白質 19.3 g 3杯目 I材料 - 543.0 kcal 蛋白質 23.3 g	1杯目 I材料 - 492.0 kcal 蛋白質 18.7 g 3杯目 I材料 - 523.0 kcal 蛋白質 20.3 g	1杯目 I材料 - 492.0 kcal 蛋白質 18.7 g 3杯目 I材料 - 523.0 kcal 蛋白質 20.3 g
日	11	12	13	14	15	16	日	25	26	27	28	29	30
おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	おやつ	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子	お菓子
昼食	ごはん 豚肉の生姜焼 ひじきサラダ 味噌汁	ミートソースパグティ 野菜スティック フルーツ スープ	ごはん コロック ツナ和え⇒ツナ焼き	ごはん 鮭のから揚げ⇒鶏肉へ さつま芋の煮物 味噌汁	ごはん 麻婆豆腐 ナムル スープ	ごはん 鶏肉の甘酢ソテー スティック野菜マヨネーズ 味噌汁	ごはん 鶏肉の甘酢ソテー スティック野菜マヨネーズ 味噌汁	給食について	給食は、旬のものや野菜、海藻などいろいろな食材をお出しするようにしています。 お家ではなかなか食べ慣れていないものや、苦手な野菜もたくさん出るかもしれません。 保育園で元気いっぱい遊んで、給食ももりもりおいしく食べてもらえるとうれしいです。 ご家庭の食卓でも、なるべくいろいろな食材にチャレンジしてみてください。 給食はいろいろな食品や料理との出合いを積み重ねる機会と考えております。 先生や友達とのかわりの中で、少しずつ味に慣れて、「素材のおいしさ」「食事の楽しさ」 を感じて、望ましい食習慣を身につけてもらいたいと思います。	4月が旬の野菜 ～4月に食べごろな、おいしい野菜 3月～5月が旬の春野菜は種類も豊富です。 旬の時期は最も味がよく、栄養価も高く比較的安価 なので、いろいろな料理に取り入れて「春」を味わ いましょう。給食でも、だけのごはんや春野菜の あんかけを取り入れております。 春野菜は水分が多いため、やわらかくなりやすい ので加熱時間に注意しましょう。 ・新玉ねぎ ・たけのこ ・菜の花 ・新じゃがいも ・春きゃべつ ・さやえんどう			
主要食材	米・豚肉・玉ねぎ・人参・しょうが汁 片栗粉・卵・かたろ・きゃべつ・コーン ひじき・マヨネーズ・卵・味噌	卵・じゃが芋・鶏挽肉・玉ねぎ・小麦粉 パン粉・トマト・卵・マヨネーズ・ケチャップ ツナ缶・きゃべつ・胡瓜	米・鮭・人参・コーン・マヨネーズ 片栗粉・味噌・卵・長ねぎ・味噌 片栗粉・もやし・胡瓜・人参・ごま	米・豆腐・鶏挽肉・長ねぎ・味噌 片栗粉・もやし・胡瓜・人参・ごま	米・鶏肉・しょうが汁・さつま芋 玉ねぎ・いんげん・卵・片栗粉 大根・胡瓜・人参・マヨネーズ・味噌	米・鶏肉・しょうが汁・さつま芋 玉ねぎ・いんげん・卵・片栗粉 大根・胡瓜・人参・マヨネーズ・味噌	米・鶏肉・しょうが汁・さつま芋 玉ねぎ・いんげん・卵・片栗粉 大根・胡瓜・人参・マヨネーズ・味噌	給食について	給食は、旬のものや野菜、海藻などいろいろな食材をお出しするようにしています。 お家ではなかなか食べ慣れていないものや、苦手な野菜もたくさん出るかもしれません。 保育園で元気いっぱい遊んで、給食ももりもりおいしく食べてもらえるとうれしいです。 ご家庭の食卓でも、なるべくいろいろな食材にチャレンジしてみてください。 給食はいろいろな食品や料理との出合いを積み重ねる機会と考えております。 先生や友達とのかわりの中で、少しずつ味に慣れて、「素材のおいしさ」「食事の楽しさ」 を感じて、望ましい食習慣を身につけてもらいたいと思います。	4月が旬の野菜 ～4月に食べごろな、おいしい野菜 3月～5月が旬の春野菜は種類も豊富です。 旬の時期は最も味がよく、栄養価も高く比較的安価 なので、いろいろな料理に取り入れて「春」を味わ いましょう。給食でも、だけのごはんや春野菜の あんかけを取り入れております。 春野菜は水分が多いため、やわらかくなりやすい ので加熱時間に注意しましょう。 ・新玉ねぎ ・たけのこ ・菜の花 ・新じゃがいも ・春きゃべつ ・さやえんどう			
おやつ	スイートポテト 牛乳	五平もち 牛乳	豆乳林檎蒸しケーキ 牛乳	ちんすこう 牛乳	豆乳林檎蒸しケーキ 牛乳	アップルゼリー 牛乳	おやつ	りんごジャムサンド 牛乳	しらすおにぎり⇒餅除き	バナナスクエア 牛乳	豆乳フレンチトースト 牛乳	アガー・オレンジジュース	オレンジゼリー 牛乳
栄養成分	1杯目 I材料 - 486.0 kcal 蛋白質 14.4 g 3杯目 I材料 - 515.0 kcal 蛋白質 16.1 g	1杯目 I材料 - 509.0 kcal 蛋白質 18.9 g 3杯目 I材料 - 530.0 kcal 蛋白質 20.4 g	1杯目 I材料 - 531.0 kcal 蛋白質 16.2 g 3杯目 I材料 - 574.0 kcal 蛋白質 18.2 g	1杯目 I材料 - 556.0 kcal 蛋白質 17.6 g 3杯目 I材料 - 587.0 kcal 蛋白質 19.4 g	1杯目 I材料 - 507.0 kcal 蛋白質 19.4 g 3杯目 I材料 - 542.0 kcal 蛋白質 22.0 g	1杯目 I材料 - 463.0 kcal 蛋白質 17.5 g 3杯目 I材料 - 502.0 kcal 蛋白質 19.6 g	1杯目 I材料 - 463.0 kcal 蛋白質 17.5 g 3杯目 I材料 - 502.0 kcal 蛋白質 19.6 g	給食について	給食は、旬のものや野菜、海藻などいろいろな食材をお出しするようにしています。 お家ではなかなか食べ慣れていないものや、苦手な野菜もたくさん出るかもしれません。 保育園で元気いっぱい遊んで、給食ももりもりおいしく食べてもらえるとうれしいです。 ご家庭の食卓でも、なるべくいろいろな食材にチャレンジしてみてください。 給食はいろいろな食品や料理との出合いを積み重ねる機会と考えております。 先生や友達とのかわりの中で、少しずつ味に慣れて、「素材のおいしさ」「食事の楽しさ」 を感じて、望ましい食習慣を身につけてもらいたいと思います。	4月が旬の野菜 ～4月に食べごろな、おいしい野菜 3月～5月が旬の春野菜は種類も豊富です。 旬の時期は最も味がよく、栄養価も高く比較的安価 なので、いろいろな料理に取り入れて「春」を味わ いましょう。給食でも、だけのごはんや春野菜の あんかけを取り入れております。 春野菜は水分が多いため、やわらかくなりやすい ので加熱時間に注意しましょう。 ・新玉ねぎ ・たけのこ ・菜の花 ・新じゃがいも ・春きゃべつ ・さやえんどう			

給食について

給食は、旬のものや野菜、海藻などいろいろな食材をお出しするようにしています。お家ではなかなか食べ慣れていないものや、苦手な野菜もたくさん出るかもしれません。保育園で元気いっぱい遊んで、給食ももりもりおいしく食べてもらえるとうれしいです。ご家庭の食卓でも、なるべくいろいろな食材にチャレンジしてみてください。給食はいろいろな食品や料理との出合いを積み重ねる機会と考えております。先生や友達とのかわりの中で、少しずつ味に慣れて、「素材のおいしさ」「食事の楽しさ」を感じて、望ましい食習慣を身につけてもらいたいと思います。

4月が旬の野菜

～4月に食べごろな、おいしい野菜  
3月～5月が旬の春野菜は種類も豊富です。  
旬の時期は最も味がよく、栄養価も高く比較的安価  
なので、いろいろな料理に取り入れて「春」を味わ  
いましょう。給食でも、だけのごはんや春野菜の  
あんかけを取り入れております。  
春野菜は水分が多いため、やわらかくなりやすい  
ので加熱時間に注意しましょう。  
・新玉ねぎ ・たけのこ ・菜の花  
・新じゃがいも ・春きゃべつ ・さやえんどう

- マヨネーズは卵不使用のものを使用しております。
  - ホットケーキミックス・おしるし・りんごジャム・ヨーグルトは卵・乳製品不使用のものを使用しております。
  - 味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。
- ※尚、天候等の都合により食材料に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。