



## ◇◇ 食物アレルギーをもつお子さんの保護者様へ ◇◇

- ★ 卵・乳・小麦・大豆・魚、又はそれらを原材料とした製品を使用している献立について、記号で表示をしています。★  
えび・かに・いか・落花生・蕎麦の食材は、給食には使用していません。  
★ パン・ちくわ・ベーコン・ハム、ウィンナー、マヨネーズ等は、卵不使用です。  
★ 調味料(しょうゆ・みそ・ソース類・ドレッシング等)については、アレルギー表示は除いています。

令和7年 11月

## アレルギー表示

★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。

(作成者) 栄養士 野原正子

日曜	献立名	アレルギー				午後のおやつ	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	アレルギー				午後のおやつ	おもな材料(昼食)		
		卵	乳	小麦	大豆		あか	きいろ	みどり			卵	乳	小麦	大豆		あか	きいろ	みどり
		●	★	▲	◇		血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくなる			●	★	▲	◇		血や肉・骨となる	熱や力となる	体の調子をよくなる
1	豚焼肉どんぶり スティックきゅうり(マヨ) みそ汁 果物				◇	くろ棒 ●▲	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり えのきたけ ねぎ みかん	17	マージンごはん 納豆みそ 肉じゃが 春雨スープ 果物				◇	玄米フレークスナック ▲◇ ★ 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肉 鶏ささみ	精白米 強化米 (鉄) もちきび 白ゴマ じゃが芋 春雨	ねぎ 糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 GP しめじ たけのこ 白菜 みかん
4	もずくどんぶり トマトときゅうりの酢みそあえ 魚と白菜のスープ 果物				■	ちんすこう (ココア風味) ▲ ★ 保育乳	もずく 豚ひき肉 ちくわ わかめ 白身魚	精白米 強化米 (鉄)	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 トマト きゅうり 白菜 ねぎ 梨	18	沖縄そば かぼちゃのケチャップ炒め きゅうりのごまあえ 果物			▲	■	いなり寿司 ◇ 麦茶	豚三枚肉 丸かまぼこ 豚ひき肉	沖縄そば (茹) ごま	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり バナナ
5	黒米ごはん さばのゴマだれ焼き 野菜チャンプルー みそ汁 果物				◇	大学芋 ★ 保育乳	さば ちくわ 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米 (鉄) 白ゴマ	キャベツ 人参 もやし ニラ 大根 えのきたけ ねぎ 柿	19	ごはん(強化米入り) 魚の照り焼き 人参シリシリー もずくの酢物 ポテトスープ 果物				◇	食育の日 レモンクッキー ▲◇ ★ 保育乳	白身魚 豆腐 もずく ベーコン	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ じゃが芋	人参 ブロッコリー もやし きゅうり 赤ピーマン コーン缶 梨
6	のりごはん 鶏のから揚げ きんぴらごぼう 豆腐と野菜のスープ 果物				◇	ココアプリン ★◇ せんべい ▲	鶏もも肉 豚肩ロース 絹ごし豆腐	精白米 強化米 (鉄) 白ゴマ	ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ GP しめじ ほうれん草 赤ピーマン バナナ	20	黒米ごはん 昆布イリチー 大根サラダ チムシンジ(レバーの汁) 果物				■	琉球料理の日 サーターアンドギー ●▲ ★ 保育乳	豚三枚肉 ツナ缶 豚レバー ちくわ	精白米 黒米 強化米 (鉄)	刻み昆布 かんぴょう 糸こんにゃく 大根 人参 きゅうり ニラ みかん
7	沖縄そば かぼちゃのケチャップ炒め きゅうりのごまあえ 果物			▲	■	わかめおにぎり ★▲ ★ 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ 豚ひき肉	沖縄そば (茹) ごま	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり バナナ	21	三色ごはん キャベツのツナマヨあえ 大根と豆腐のみそ汁 果物				◇	蒸し芋(焼き芋) ★ 保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 ハム ツナ缶 豆腐 わかめ	精白米 強化米 (鉄)	人参 小松菜 キャベツ 大根 ねぎ 柿
8	麻婆どんぶり ブロッコリー(マヨ) 大根のみそ汁 果物				◇	亀の甲せんべい ▲	豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米 (鉄)	人参 玉ねぎ ニラ ブロッコリー 大根 ねぎ みかん	22	スパゲティミートソース きゅうりの甘酢あえ コーンスープ 果物			▲	◇	はちや棒	牛ひき肉 豚ひき肉 しらす干し わかめ ベーコン	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり コーン缶 白菜 りんご
10	ごはん(強化米入り) 豚肉のゴマ照り焼き ころころ蒸し芋 ひじきのマヨサラダ みそ汁 果物				◇	マシュマロサンド ▲◇ ★ 保育乳	豚肩ロース 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米 (鉄) 黒ゴマ さつま芋	人参 きゅうり コーン缶 大根 ほうれん草 みかん	25	タコライス(チーズあり) フライドポテト 魚と野菜のスープ フルーツヨーグルト添え				◇	さくさくクッキー ★▲ ★ 保育乳	豚ひき肉 白身魚 Pヨーグルト	精白米 強化米 (鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 レタス トマト コーン缶 白菜 パイン缶 みかん缶
11	きのこごはん 肉みそ豆腐 拌三絲(パンサンスー) そうめん汁 果物				◇	人参ポッキー ▲ ★ 保育乳	ツナ缶 厚揚げ 豚ひき肉 ハム	精白米 強化米 (鉄) 春雨 そうめん	しめじ えのきたけ 赤ピーマン 干しいたけ ねぎ 玉ねぎ 人参 きゅうり 柿	26	マージンごはん 鮭のもみじ焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー 大根のみそ汁 果物				■	オートミールスナック ◇ ★ 保育乳	鮭 干ひじき 豚肩ロース 油揚げ わかめ	精白米 強化米 (鉄) もちきび	人参 糸こんにゃく ニラ ブロッコリー 大根 ねぎ 梨
12	スパゲティナポリタン トマトときゅうりの酢みそあえ 豆腐ときのこのもずくスープ 果物			▲	■	おかかおにぎり ★ 保育乳	豚肩ロース ちくわ もずく 絹ごし豆腐	スパゲティ	玉ねぎ ピーマン トマト きゅうり えのきたけ	27	チキンカレー コーンサラダ もずくとえのきたけのスープ バナナヨーグルト添え	★	▲	◇	★	手作りケーキ ★▲ ★ 保育乳	鶏もも肉 わかめ もずく Pヨーグルト	精白米 強化米 (鉄) じゃが芋 麩	人参 GP 玉ねぎ ピーマン コーン缶 キャベツ みかん缶 えのきたけ ねぎ バナナ
13	♪ 七五三祝い御膳 ♪ お祝寿司 ミニハンバーグ ブロッコリーのゴマあえ フライドポテト 花麩のすまし汁 フルーツ			▲		お麩ラスク ▲◇ ★ 保育乳	鮭フレーク 豚ひき肉 牛ひき肉 わかめ	精白米 ごま じゃが芋	人参 Hコーン缶 玉ねぎ ブロッコリー 大根 桃缶 パイン缶	28	黒米ごはん 豚大根のみそ煮 温サラダ ゆし豆腐汁 果物			▲	◇	キャロットサンド ★ 保育乳	豚肩ロース ハム ゆし豆腐	精白米 黒米 強化米 (鉄)	大根 人参 糸こんにゃく コーン缶 ブロッコリー ねぎ みかん
14	お弁当会(全園児) 七五三参拝(沖宮) (月組・星組)			▲		赤まんじゅう ▲ カルピス				29	カレーピラフ スティックきゅうり(マヨ) キャベツとコーンのスープ 果物					おかき ▲	鶏もも肉 ハム	精白米 強化米 (鉄)	人参 GP きゅうり コーン缶 キャベツ みかん
15	鶏肉のあんかけ丼 きゅうりの中華風 みそ汁 果物				◇	げんまい棒	鶏もも肉 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米 (鉄)	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ GP きゅうり えのきたけ ねぎ みかん	★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。									

