

ご入所・ご入園、ご進級おめでとうございます

箕面市立保育所・認定こども園では、毎月「きゅうしょくだより」をお届けし、食事内容についてお知らせしています。

新年度を迎え、子どもたちは、新しいクラスや新しい友達との出会いに胸をふくらませていることと思います。おいしい給食を楽しく食べながら、さまざまな経験をとおして、心も体も大きく成長してくれることを願っています。これからも、安心安全な給食の提供に努めていきます。

〇1日の食事の流れ

	離乳食				普通食	
	5か月から 6か月頃	7か月から 8か月頃	9か月から 11か月頃	12か月から 18か月頃	3歳未満児	3歳以上児
午前10時				間食	間食	
昼食	離乳食				昼食	昼食
午後3時	果物	離乳食			間食	間食



〇給食について

1. アレルギーに配慮した給食献立

園所での食事がより安全で楽しい時間となるよう、食物アレルギーの原因となりやすい食品の使用を制限し、できるだけ多くのお子さまと一緒に食べられる献立作りに取り組んでいます。制限した食品の代わりに、栄養価を満たす代替食品を使用し、おいしい給食の提供に努めています。

*制限している食品

食品	給食献立での使用
卵（鶏卵・うずら卵を含む）	使用しません。
牛乳・乳製品	給食の調理には使用しません。 （おやつ時に牛乳を飲用します。また、おやつで提供するパンには乳成分を含む場合があります。）
ゴマ・ゴマ油、ピーナッツ、ナッツ類、エビ・カニ、イカ・タコ・貝類、イクラ・タラコ・いりこ、キウイ、バナナ、ソバ	使用しません。

箕面市立保育所・認定こども園では、平成31年4月に策定された「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン（2019年改訂版）」（厚生労働省）に基づき、食物アレルギーのあるお子さまには、該当する食品の“完全除去”を基本として給食を提供しています。

2. うす味でおいしい給食

乳幼児期は、食生活の基礎が身につく大切な時期です。食品本来の味を知り、うす味でもおいしいと感じられる味覚を育てていきたいと考えています。

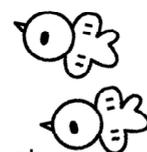
3. ごはん食中心の献立

昼食は、毎日ごはんを基本とし、主菜、副菜、汁物を組み合わせた日本型の食事を提供しています。ごはん中心に季節の食材を取り入れることで、自然と栄養バランスのとれた献立

となります。

4. 材料選びについて

できるだけ旬の食材を取り入れ、生の野菜や果物は国内産を優先して使用しています。また、加工品は食品添加物の少ないものを選ぶなど、新鮮で良質な材料選びを心がけています。



5. 安全のための調理について

食中毒予防のため、加熱調理を基本とし、できるだけ食べる直前に配膳しています。また、しっかり噛んで食べられる「かみかみメニュー」も随時取り入れています。

園所で初めて食べることを避けるために ～初めて食べる食品については、まずご家庭で～

箕面市立保育所・認定こども園では、季節の野菜や果物、その時期の料理などを献立に取り入れています。食物アレルギーの診断がされていないお子さまであっても、初めて食べる食品では食物アレルギーを発症することもあります。以下、園所で使用する食品の一覧です。給食で使用する時期や期間を併せて記載していますので、初めて食べる食材については必ずご家庭で食べておいてください。喫食されていることを前提に給食を提供しますので、よろしくお願いいたします。



年間を通じて使用予定の食品一覧

離：離乳食でも使用する食材（ただし、月齢によっては使用しないことがあります。）

野菜類							
キャベツ	離	きゅうり	離	さつまいも	離	じゃがいも	離
たまねぎ	離	はくさい	離	ほうれん草	離	小松菜	離
人参	離	大根	離	切り干し大根	離	チンゲンサイ	離
さやいんげん（生）		しめじ		えのきだけ		エリンギ	
しょうが		にら		にんにく		糸みつば	
長芋		生しいたけ		葉ねぎ		緑豆もやし	
グリーンピース（冷凍）		ホールコーン（冷凍）		たけのこ（水煮）		干しいたけ	
果物類							
りんご	離	りんごジュース	離	柑橘類	離	レモン	
みかん缶		甘夏缶		りんご缶		白桃缶	
みかんジュース		ぶどうジュース					
魚類							
鯛	離	すずき	離	メルルーサ		カラスガレイ	
ぎんだら		さけ		ツナ（水煮）		丸干し（いわし）	
さば節		花かつお					
肉類・加工品							
牛肉	離	豚肉	離	鶏肉	離	ハム	
ベーコン		ウィンナー					

	しそ(葉)						○	○	○					
	里芋						○	○	○	○	○	○	○	
	品目		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	れんこん						○	○	○	○	○	○	○	○
	ブロッコリー								○	○	○	○	○	
	京菜								○	○	○			
	かぶ	離								○	○	○	○	
	ゆず									○	○	○	○	
	七草										○	○	○	
春菊										○	○	○		
果物類	いちご	離	○	○	○						○	○	○	○
	伊予かん	離	○	○								○	○	○
	はっさく	離	○	○								○	○	○
	清見オレンジ	離	○	○									○	○
	デコポン	離	○	○	○								○	○
	サウスオレンジ	離	○	○	○	○								
	甘夏みかん	離	○	○	○	○							○	○
	桃			○	○	○	○	○						
	すいか				○	○	○	○						
	梨						○	○	○					
	温州みかん	離						○	○	○	○	○	○	○
	洋なし								○	○	○			
	ネーブルオレンジ	離										○	○	○
	ぼんかん	離										○	○	○
	セミノールオレンジ	離	○	○										○
魚類	さわら			○	○	○	○	○	○	○				
	さんま					○	○	○	○	○				
	たら							○	○	○				
	ブリ		○	○						○	○	○	○	○
その他	あずき		○	○								○	○	○
	金時豆								○	○	○	○	○	○

※上記以外の食品を使用する場合があります。

※期間外でも使用する場合があります。

🌸 旬の食材 ~4月の献立~ 🌸



新じゃがいも 新たまねぎ 新キャベツ グリーンアスパラ たけのこ デコポン
清見オレンジ いちご グリーンピース(生)

*毎月の「きゅうしょくだより」で、その月に使用する旬の食材をお知らせしますので、ご家庭でお試しいただくようお願いいたします。

当日の給食を給食サンプル設置場所に展示していますので、お迎えの際にお子さまと一緒にご覧ください。

給食等に関するご質問がございましたら、お気軽に調理員までお声かけください。