

2025 年 4 月 みはら園献立表(食物アレルギー-用)

普通食：ごま（ご）、しそ（し）、パナ（パ）、キイ（キ）・ピーナツ（ピ）の食物アレルギーの対応を致します。
原因物質を除去するは場合「除く」、代替品を使用する場合は「代替」と記載しています。

日 ／ 曜	普通食	やわらか食	おやつ	栄養価
8 ／ 火	カレーライス 盛：ツナサラダ フルーツヨーグルト	カレーライス ツナサラダ フルーツヨーグルト	ヤクルト たまごボーロ	エネルギー 516 kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 11.4 g 食塩相当 2.1 g
9 ／ 水	ごはん 移：マグロの竜田揚げ ほうれん草の磯和え 味噌汁（大根、油揚げ） 移：バナナ	かゆ マグロの竜田揚げ ほうれん草の和え物 味噌汁（大根、豆腐） バナナ	牛乳 お菓子	エネルギー 436 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 12.2 g 食塩相当 1.5 g
10 ／ 木	ごはん 移：煮込みハンバーグ 盛：スティックサラダ コンソメスープ ゼリー	かゆ 煮込みハンバーグ スティックサラダ コンソメスープ ゼリー	牛乳 クリームコンフェ	エネルギー 512 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 16.9 g 食塩相当 2.0 g
11 ／ 金	かけうどん 鶏肉・かぼちゃの天ぷら れんこんの炒め煮 コア	かけうどん 魚の天ぷら れんこん団子の炒め煮 コア	まめびよ お菓子	エネルギー 572 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 22.5 g 食塩相当 2.6 g
14 ／ 月	ごはん 鶏肉のから揚げ 盛：ミモザサラダ 味噌汁（玉葱、豆腐） 果物（りんご）	かゆ 鶏団子の甘辛煮 ミモザサラダ 味噌汁（玉葱、豆腐） りんごのコンポート	牛乳 お菓子	エネルギー 601 kcal たんぱく質 24.5 g 脂 質 29.2 g 食塩相当 2.0 g
15 ／ 火	ごはん 赤魚の煮付け 移：ブロッコリーのゴマ和え（ご：別） 豚汁 バナナフレークヨーグル	かゆ 赤魚の煮つけ ブロッコリーのゴマ和え 豚汁 バナナフレークヨーグル	牛乳 どうぶつビスケット	エネルギー 537 kcal たんぱく質 25.7 g 脂 質 17.7 g 食塩相当 2.1 g
16 ／ 水	スパゲティ（移）ミートソース 盛：コーンサラダ オニオンスープ ゼリー	スパゲティミートソース コーンサラダ オニオンスープ ゼリー	カルシン お菓子	エネルギー 510 kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 15.7 g 食塩相当 2.3 g
17 ／ 木	ごはん 移：魚フライ ひじきの炒め煮 味噌汁（ふ、人参） ヨーグルト（ソファール）	かゆ 魚のフライ煮 大根の炒め煮 味噌汁（ふ、人参） ヨーグルト（ソファール）	牛乳 カステラ	エネルギー 518 kcal たんぱく質 23.5 g 脂 質 13.9 g 食塩相当 1.7 g
18 ／ 金	ごはん 移：肉団子の甘辛煮 ほうれん草のしらすかけ 味噌汁（キャベツ、油揚げ） ココアムース	かゆ 肉団子の甘辛煮 ほうれん草のしらすかけ 味噌汁（キャベツ、ふ） ココアムース	野菜＆フルーツジュース お菓子	エネルギー 537 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 19.7 g 食塩相当 2.7 g
21 ／ 月	焼きそば 移：シュウマイ 中華風野菜スープ お米のムース	あんかけうどん シュウマイ 中華風野菜スープ お米のムース	幼児用ぶどうジュース お菓子	エネルギー 487 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 18.2 g 食塩相当 2.5 g
22 ／ 火	ごはん 移：鮭の塩焼き 伴三絲 味噌汁（ほうれん草、豆腐） 手作りゼリー	かゆ 鮭の塩焼き 伴三絲 味噌汁（ほうれん草、豆腐） 手作りゼリー	牛乳 マドレーヌ	エネルギー 591 kcal たんぱく質 28.5 g 脂 質 23.9 g 食塩相当 1.8 g

2025 年 4 月 みはら園献立表(食物アレルギー用)

普通食：ごま(ご)、しそ(し)、パナ(パ)、キイ(キ)・ピーナツ(ピ)の食物アレルギーの対応を致します。
原因物質を除去するは場合「除く」、代替品を使用する場合は「代替」と記載しています。

日 ／ 曜	普通食	やわらか食	おやつ	栄養価
23 ／ 水	ごはん 移：オムレツ 盛：マセドアンサラダ 味噌汁(椎茸、ふ) プリン	かゆ オムレツ マセドアンサラダ 味噌汁(玉葱、ふ) プリン	牛乳 お菓子	エネルギー 588 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 27.4 g 食塩相当量 2.0 g
24 ／ 木	サンドイッチ(ハム・卵・ジャム) 盛：ささみサラダ コーンクリームスープ ヨーグルト(ブルガリア)	フレンチトースト 鶏団子の甘辛煮 野菜サラダ コーンクリームスープ ヨーグルト(ブルガリア)	アシドミルク 米粉のお菓子	エネルギー 600 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 24.9 g 食塩相当量 3.2 g
25 ／ 金	ごはん さわらのムニエル 野菜ソテー 味噌汁(じゃが芋、玉葱) フルーツポンチ	かゆ さわらのムニエル 野菜ソテー 味噌汁(じゃが芋、玉葱) フルーツポンチ	牛乳 お菓子	エネルギー 538 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 2.2 g
28 ／ 月	チャーハン 棒棒鶏(ご：別) 卵スープ ダノン	おじや 棒棒鶏 卵スープ ダノン	りんごジュース お菓子	エネルギー 523 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 15.4 g 食塩相当量 2.3 g
30 ／ 水	ハヤシライス 盛：ハムサラダ 果物(いちご)	ハヤシライス サラダ 果物(いちご)	牛乳 お菓子	エネルギー 508 kcal たんぱく質 15.4 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 2.3 g



みはら園の給食は



1 主食、主菜、副菜を揃えた食事とおやつも含めた完全給食を行っています。

主食とは、



副菜とは、



主菜とは、



2 園児の状態に合わせた食事の提供を行っています。

- ①食物アレルギー対応食の提供(医師の指示の下、保護者と相談して対応)
- ②口腔機能によりペースト食、マッシュ食、やわらか食、移行食の食事を提供。
(個々の機能確認をしながら対応)
- ③偏食対応(盛り合わせ、別盛り、調味料の提供、白ご飯対応など
個々に合わせた対応)

3 給食を通して食に興味を持ち、食の世界が広がるように、安心・安全で美味しい給食を目指しています。

<その他> 年間を通して、食育事業を行っています。

食育クッキング 花壇で育てた野菜を収穫し、クッキングや給食で使用
焼き芋大会など



給食の目標とする一食あたりの栄養価＝基準値

(1食当たり)

令和7年度の4月基準値と4月の献立の平均値(摂取量)

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	塩分 (g)
基準値	500	18.5	15.5	235	2.2
摂取量	536	21.2	19.1	245	2.2

日本人の食事摂取基準2025年版を参考にみはら園児の体重と身体活動量を考慮し、計算しました。

