

◎月に同じメニューを繰り返すサイクルメニューとし、好き嫌いをなくすようにしています。
 ★3歳以上児は、給食と3時のおやつ提供です。
 ★3歳未満児は、10時のおやつ・給食・3時のおやつ提供です。



5月のこんだて



栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
3歳以上児の摂取基準	585kcal	18.3g	15.6g	87.3g	1.5g未満
3歳未満児の摂取基準	475kcal	15.5g	13.2g	73.7g	1.3g未満

曜日	献立				黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品	栄養価	
	午前 おやつ	昼食		午後 おやつ	熱や力となる食品	血や肉となる食品	体の調子を整える食品	3歳以上	3歳未満
		主食	おかず					エネルギー	たんぱく質
1 15 29 金	麦茶 ウエハース	ごはん	端午の節句 かつおのごまみそあえ お浸し みそ汁（小松菜、じゃがいも、油揚げ） オレンジ	牛乳 メロンパン	片栗粉 油 砂糖 じゃがいも 精白米	かつお かつお節 油揚げ 煮干し 牛乳	生姜 人参 キャベツ もやし 小松菜 オレンジ	558 kcal 21.7 g 10.8 g 83.6 g 2.0 g	446 kcal 17.4 g 8.7 g 66.9 g 1.6 g
2 16 30 土	オレンジ ジュース	蒸し中華めん	タンメン（豚肉、人参、きくらげ、チンゲン菜、もやし、にら、葱、生姜） シュウマイ ヨーグルト バナナ	牛乳 せんべい	ごま油 中華めん	豚肉 だし（かつお） シュウマイ ヨーグルト 牛乳	人参 きくらげ チンゲン菜 もやし にら 葱 生姜 バナナ	512 kcal 19.8 g 13.2 g 78.1 g 2.4 g	410 kcal 15.8 g 10.5 g 62.5 g 1.9 g
7 21 一 木	麦茶 ビスケット	ごはん	炒り豆腐 ミートボール みそ汁（玉葱、しめじ） キウイフルーツ	牛乳 じゃがいももち	砂糖 油 じゃがいも 片栗粉 精白米	豆腐 鶏卵 鶏肉 ミートボール 煮干し 牛乳 豚肉 のり	人参 玉葱 椎茸 グリーンピース しめじ キウイフルーツ	561 kcal 23.6 g 18.4 g 74.2 g 2.1 g	449 kcal 18.9 g 14.8 g 59.4 g 1.7 g
8 22 一 金	麦茶 ウエハース	ごはん	納豆揚げ さつまいもサラダ みそ汁（小松菜、豆腐） オレンジ	麦茶 ヨーグルト和え	てんぷら粉 油 さつまいも マヨネーズ 精白米	納豆 しらす干し 豆腐 煮干し ヨーグルト	にら 人参 玉葱 パセリ 小松菜 オレンジ みかん缶詰 バナナ	607 kcal 15.1 g 17.8 g 96.4 g 1.2 g	486 kcal 12.1 g 14.2 g 77.1 g 1.0 g
9 23 一 土	りんごジュース	スパゲティ	和風スパゲティ 野菜スープ（もやし、人参、豆腐） オムレツ バナナ	牛乳 せんべい	油 スパゲティ	豚肉 オムレツ 豆腐 牛乳	玉葱 人参 しめじ 椎茸 ピーマン もやし バナナ	560 kcal 24.3 g 18.1 g 73.2 g 1.8 g	448 kcal 19.5 g 14.5 g 58.6 g 1.2 g
11 25 一 月	麦茶 ビスケット	ごはん	チンジャオロース 春巻き 中華スープ（もやし、白菜、葱、ごま） オレンジ	牛乳 ミニドーナツ	薄力粉 砂糖 ごま油 精白米	豚肉 春巻き 鶏ガラだし 牛乳	生姜 もやし 玉葱 葱 たけのこ ピーマン 赤ピーマン 白菜 オレンジ	610 kcal 17.4 g 25.6 g 75.4 g 1.5 g	488 kcal 13.9 g 20.5 g 60.3 g 1.2 g
12 26 一 火	麦茶 せんべい	ごはん	豚肉の三味焼き 中華きゅうり みそ汁（おくら、じゃがいも） キウイフルーツ	牛乳 蒸しパン	砂糖 油 ごま油 じゃがいも ホットケーキミックス 精白米	豚肉 煮干し 牛乳 スキムミルク	葱 生姜 きゅうり オクラ もやし キウイフルーツ	576 kcal 19.8 g 14.4 g 88.4 g 2.0 g	461 kcal 15.8 g 11.5 g 70.8 g 1.6 g
13 27 一 水	麦茶 ウエハース	ごはん	チキンカレー じゃごと野菜の甘酢和え 牛乳 グレープフルーツ	麦茶 ゼリー	じゃがいも バター 油 砂糖 ごま油 精白米	鶏肉 ちりめんじゃこ 牛乳	人参 玉葱 グリーンピース きゅうり キャベツ グレープフルーツ	570 kcal 18.5 g 17.7 g 82.6 g 1.9 g	456 kcal 14.8 g 14.2 g 66.1 g 1.5 g
14 28 一 木	麦茶 ビスケット	食パン	コロッケ 春キャベツのサラダ クリームシチュー（鶏肉、じゃがいも、人参、玉葱、グリーンピース）	牛乳 わかめおにぎり	油 砂糖 じゃがいも 精白米 食パン コロッケ	しらす干し 鶏肉 ホワイトルウ 牛乳 わかめ	キャベツ きゅうり 人参 玉葱 グリーンピース	542 kcal 14.6 g 22.5 g 68.4 g 2.2 g	434 kcal 11.7 g 18.0 g 54.7 g 1.8 g
18 一 一 月	麦茶 ウエハース	ごはん	野菜のミートローフ 野菜炒め みそ汁（わかめ、玉葱） キウイフルーツ	牛乳 クッキー	油 パン粉 じゃがいも 精白米	豚肉 鶏卵 スキムミルク ベーコン わかめ 煮干し 牛乳	玉葱 人参 コーン グリーンピース ピーマン もやし 椎茸 キウイフルーツ	602 kcal 20.0 g 22.5 g 78.5 g 2.3 g	482 kcal 16.0 g 18.0 g 62.8 g 1.9 g
19 一 一 火	麦茶 せんべい	ごはん	ウインナーのケチャップ炒め お浸し（小松菜、もやし、人参） みそ汁（キャベツ、油揚げ、じゃがいも） オレンジ	牛乳 ホットケーキ	油 じゃがいも ホットケーキミックス バター メープルシロップ 精白米	ウインナー かつお節 油揚げ 煮干し 牛乳 鶏卵	玉葱 ピーマン 小松菜 もやし 人参 キャベツ オレンジ	582 kcal 17.1 g 23.0 g 74.9 g 2.1 g	465 kcal 13.7 g 18.4 g 59.9 g 1.7 g

20	—	—	水	麦茶 ウエハース	ごはん	鮭のマヨネーズ焼き ひじきサラダ かきたま汁(茎立ち、鶏卵、葱) キウイフルーツ	牛乳 さつまいも蒸 しパン	マヨネーズ 砂糖 ごま油 片栗粉 ホットケーキミックス さつまいも	鮭 鶏卵 パルメザンチーズ ひじき かつお節 牛乳 スキムミルク	玉葱 パセリ 人参 きゅうり コーン 茎立ち 葱 キウイフルーツ	570 kcal 26.1 g 16.2 g 78.6 g 1.8 g	456 kcal 20.9 g 13.0 g 62.9 g 1.4 g
----	---	---	---	-------------	-----	---	---------------------	---	---	---	---	---

給食だより



アレルギーを含む食品に関する表示について

食品表示について

出典：加工食品の食物アレルギー表示ハンドブック 消費者庁 令和8年4月作成

令和8年4月1日付けで、消費者庁食品表示課よりアレルギーを含む食品に関する表示について通知がありました。
カシューナッツについて、「食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究」における症例数等を踏まえ、食品表示基準を改正し、特定原材料として新たにカシューナッツが追加されました。
また、ピスタチオについて、全国実態調査において症例数が継続して相当数みられることから、食品表示基準について改正し、特定原材料に準ずるものとして新たに追加されました。

販売する食品には、食品表示基準に従った表示が必要です。

食品法事基準では、加工食品、生鮮食品及び添加物について表示方法を定めています。

【食品表示法の対象となるもの】

販売の用に供する食品

※不特定又は多数の者に食品を無償で譲渡する場合も「販売」に該当し、表示が必要となります。

【食品表示法の対象とならないもの】

○食品ではないもの

配合飼料、医薬品、雑貨類

食物アレルギー表示事項は、食品表示基準で規定されています。アレルギーを含む食品に起因する健康危害を未然に防ぐため、アレルギーを含む食品にはアレルギーを含む表示を義務付けています。

特定原材料等の範囲

原則として日本標準商品分類で指定されている範囲です。

くるみの範囲

主に流通している海外産(チャンドラー腫やハワード種など)に加えて、国産(オニグルミ、カシグルミやヒメグルミなど)も対象です。くるみオイル、くるみバターも対象となります。

注：くるみと同じクルミ科のペカンも、くるみほどの症例数は認められていませんが、くるみと交差反応性が認められる場合があることから、ペカンを原材料とする加工食品及びペカンに由来する添加物を含む食品を取扱う食品関連事業者等においては、一括表示枠外に「本品はペカンを含んでいます。くるみアレルギーの方はお控えください」等の注意喚起表示を行うことが望ましいとされています。

落花生(ピーナッツ)の範囲

ピーナッツ、なんきんめとと呼ばれるものが対象で、小粒種、大粒種ともに対象です。ピーナッツオイル、ピーナッツバターも対象となります。

アーモンドの範囲

アーモンドは、スイート種とビター種がありますが、主に食用とされるスイート種だけでなく、ビター種も対象となります。アーモンドオイル、アーモンドミルク等も対象となります。

●食物アレルギー表示制度の概要

食物アレルギー表示は、特定原材料を含む加工食品、特定原材料由来の添加物を含む生鮮食品の一部及び特定原材料に由来する添加物について表示が求められています。

重篤度・症例数の多い9品目(特定原材料:えび、カシューナッツ、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生(ピーナッツ))については、食品表示基準で表示を義務付けし、過去に一定の頻度で健康危害が見られた20品目(特定原材料に準ずるもの)については通知^{※1}により表示を推奨しています。

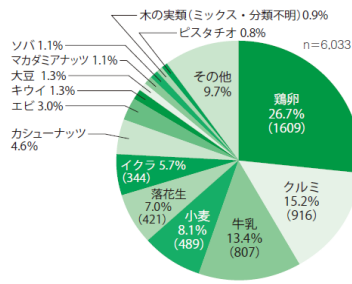
特定原材料は、発症数や重篤度により規定しており、卵、乳、小麦は、図のように食物アレルギーの原因食物全体の約50%を占めていること、そば及び落花生(ピーナッツ)は重篤な症状を呈すること、えび及びかにには成人期での新規発症や誤食が多いこと、カシューナッツ、くるみは、近年、木の実類の中でも症例数が増加していることなどから表示が義務付けられています。

今後引き続き疫学調査を定期的実施し、特定原材料及び特定原材料に準ずるもの(以下「特定原材料等」という。)の見直しを行っていく予定です。

なお、食物アレルギー表示に当たっては、原材料の中の個々の特定原材料等の総たんぱく含量が一定量以上(数 $\mu\text{g/g}$ 以上又は数 $\mu\text{g/ml}$ 以上)^{※2}含まれている場合には表示が必要となり、「入っているかもしれない」といった単なる可能性を表示することは禁止されているため注意が必要です。

※1 消費者庁通知「食品表示基準について」(平成27年3月30日消費表第139号)

※2 単位 ppm = 百万分の1 (1 $\mu\text{g/ml}$ 、1 $\mu\text{g/g}$ 、1 $\mu\text{g/L}$ 、1 mg/ka)



即時型食物アレルギーの原因食物(品目別)
出典：消費者庁「食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業」令和5(2023)年即時型食物アレルギー全国モニタリング調査結果報告を元に作成

種類	n	木の実類中の%	全体における%
クルミ	916	61.7%	15.2%
カシューナッツ	279	18.8%	4.6%
マカダミアナッツ	69	4.6%	1.1%
ピスタチオ	50	3.4%	0.8%
アーモンド	46	3.1%	0.8%
ヘカクナッツ	35	2.4%	0.6%
ヘーゼルナッツ	27	1.8%	0.4%
ココナッツ	5	0.3%	0.1%
松の実	3	0.2%	0.0%
クリ	1	0.1%	0.0%
木の実類 (ミックス・分類不明)	53	3.6%	0.9%
木の実類 合計	1484		24.6%

木の実類の内訳

■食物アレルギー表示対象品目

表示	用語	品目*
義務	特定原材料(9品目)	えび・カシューナッツ・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)
推奨	特定原材料に準ずるもの(20品目)	アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・ピスタチオ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

※ 特定原材料等の範囲は、原則として、日本標準食品分類の番号で指定されている範囲のものを指します(詳しくはP.28『3. 特定原材料等の範囲』にて記述)。

※3 木の実類の範囲…

- ・CODEX：アーモンド、カシューナッツ、ヘーゼルナッツ、ペカン、ピスタチオ、くるみ
- ・米国：木の実類(アーモンド、くるみ、ペカン等)
※米国食品医薬品庁による業界向けガイダンスにおいては、木の実類とみなされるものとして、アーモンド、カシューナッツ、ギンナン、クリ(アメリカ種、セガン種、中国種、ヨーロッパ種)、ココナッツ、チンカビングリ、バターナッツ、ピーチナッツ、ヒッコリーナッツ、ブラジルナッツ、ヘーゼルナッツ、ペカン、マカダミアナッツ、ライチナッツが挙げられている。
- ・EU、スイス：木の実類(アーモンド、カシューナッツ、くるみ、ピスタチオ、ブラジルナッツ、ヘーゼルナッツ、ペカン、マカダミアナッツ又はクイーンズランドナッツ)
- ・オーストラリア・ニュージーランド：木の実(アーモンド、カシューナッツ、くるみ、ピスタチオ、ブラジルナッツ、ヘーゼルナッツ、ペカン、マカダミアナッツ、松の実)
- ・カナダ：アーモンド、カシューナッツ、くるみ、ピスタチオ、ブラジルナッツ、ヘーゼルナッツ、ペカン、マカダミアナッツ、松の実
- ・韓国：くるみ、松の実
- ・中国：範囲は明確ではない