

お子様の食物アレルギーで お悩みの保護者様へ

「給食は助かるんだけど、うちの子、卵製品や乳製品を食べると、アレルギーが出てしまうの～」とお困りのお母さん！！ぜひ、幼稚園にご相談下さい。

代替食

・・・不足した栄養を、他の食材で補って、見た目もなるべく似たように工夫したものです。

幼稚園では、アレルギー食品の除去食だけではなく、代替食を実施しています。
なぜ、除去食だけではなく、代替食なの？これは、みんなと違う場合、本人が気にしたり、他の子供たちからの視線や発言などをなくす為、なるべく見た目が近いものを提供出来るように、取り組んでいます。

アレルギー物質の表示

特定原材料(7品目)

表示が義務づけされている材料

卵、乳、小麦、そば、ピーナッツ、えび、かに

特定原材料に準ずるもの(21品目)

表示を推奨する材料

あわび、いか、いくら、さけ、さば、
オレンジ、キウイフルーツ、バナナ、もも、りんご、
牛肉、鶏肉、豚肉、ゼラチン、くるみ、大豆、まつたけ、
やまいも、カシューナッツ、ごま、

アナフィラキシー

即時型のアレルギー症状が皮膚症状にとどまらず、呼吸器や消火器など複数の臓器に強い症状が急激にあらわれることをアナフィラキシーと呼びます。

さらに血圧低下や意識障害を伴う症状は、「アナフィラキシーショック」といわれ、生命の危険を伴う場合もあります。

独立行政法人環境再生保全機構

以前に、このような症状があったお子様も、あきらめずに一度ご相談下さい。

実際の給食メニュー例

※卵・卵製品、乳・乳製品のアレルギーの園児の例です。

通常メニュー

3	木	きなこごはん	ウィンナーソテー	砂糖、油	ぶり、ウィンナー	大根、胡瓜	みりん	550Kcal
4	金	ふり大根	香煎とツナのマヨネーズ	香煎、ふ	ツナ、わかめ	人参		
7	月	ごはん	じゃが芋	鶏肉、チキンナゲット	人参、玉ねぎ	ケチャップ		
8	火	食パン	ハヤシライス	油、米、砂糖	鶏肉、牛乳	コンソメ		
		鶏肉ときのこの炒め物	乳酸菌飲料	油、米、砂糖	鶏肉、むきえび	みかん缶		
		肉団子のシチュー	パン	肉団子	玉ねぎ、人参	ケチャップ		
			りんごジュース	マカロニ	牛乳	ごまドレッシング		

アレルギーメニュー

		きなこごはん	多分作り置き(ハンバーグ・肉団子)	砂糖、油	ぶり、ひき肉	大根、胡瓜	青じそドレッシング	
3	木	ぶり大根	香煎とツナのドレッシング	香煎、ぶ	ツナ、わかめ	人参	みりん	550Kcal
			らとわかめのみそ汁	米、片栗粉	みそ、きなこ			
4	金	ハヤシライス	多分作り置き(ハンバーグ・肉団子)	じゃが芋	豚肉、鶏肉	人参、玉ねぎ	ケチャップ	
				小麦粉	鶏肉、牛乳	和がじョース	コンソメ	605Kcal
			野菜ジュース	油、米、砂糖	乳酸菌飲料	みかん缶、和がじョース	ウスターソース	
		ごはん	かきとえびとみかん汁	油、砂糖	鶏肉、むきえび	しめじ、まいにじ	みりん	
7	月	鶏肉ときのこの炒め物	和心するの鶏肉炊き	片栗粉	鶏肉、わかめ	赤ピーマン		467Kcal
			かきとみかんのおでま汁	じゃが芋、米	おろし、みそ	かぶ、かぶの葉		
				ハン	ひき肉	玉ねぎ、人参	ケチャップ	
8	火	食パン(卵・乳なし)	かぼちゃのマッシュ	小麦粉		ポテトチップ、コン	ごまドレッシング	733Kcal
		手作り肉団子のシチュー	りんごジュース	マカロニ		みかん缶、和がじョース		

代替食の一例

卵・卵製品

メニュー

- 1.マヨネーズ和え
- 2.玉子焼き
- 3.親子丼
- 4.カツ
- 5.コロッケ
- 6.バターロール
- 7.おでん
- 8.ウインナー

おもな材料

- 1.マヨネーズ
- 2.卵、ツナ、ネギ
- 3.卵、鶏肉、玉ねぎ、人参、ネギ
- 4.卵、豚、小麦粉、パン粉
- 5.じゃが芋・卵・パン粉など
- 6.小麦粉・卵・乳製品など
- 7.卵、ちくわ、はんぺん、大根
- 8.卵、豚肉、結着材料など

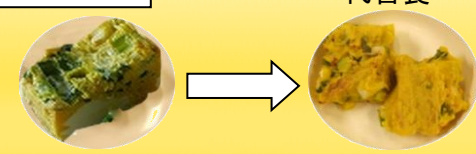
変更材料

- 1.手作りドレッシング(サラダ油・酢・塩・こしょう)又は、青じそドレッシング・ごまドレッシング
- 2.かぼちゃ、ツナ、ネギ
- 3.かぼちゃ+片栗粉、鶏肉、玉ねぎ、人参、ネギ
- 4.豚、片栗粉(唐揚げ)
- 5.じゃが芋、小麦粉(焼く)
- 6.卵が含まれない食パン
- 7.肉団子(鶏ミンチ+片栗粉)、ちくわ麩、大根
- 8.ひき肉・片栗粉・塩・こしょう(手作りウインナー)

※卵・卵製品の場合、お子様によって、火が通っているものはよいが、生は食べれない。
また、つなぎで使用されているもの(練り製品、ハム類)は食べれる、食べられないなど、ご相談頂ければ、対応させていただきます。

2.玉子焼き

代替食



乳・乳製品

メニュー

- 1.牛乳
- 2.シチュー
- 3.カレーライス
- 4.バター、マーガリン
- 5.コーンクリームスープ

おもな材料

- 1.牛乳
- 2.シチュールウ
- 3.カレールウ
- 4.バター、マーガリン
- 5.牛乳、コーンクリーム

変更材料

- 1.豆乳、りんごジュース、野菜ジュース、お茶
- 2.乳製品なしのものと対応
- 3.乳製品なしのものと対応
- 4.サラダ油なので対応
- 5.小麦粉、コンソメ、油、コーン

小麦・小麦製品

メニュー

- 1.パン
- 2.麩とわかめのみそ汁
- 3.麺(うどん・ラーメン)

おもな材料

- 1.小麦、卵、乳製品など
- 2.麩、だし
- 3.小麦麺、かまぼこ、ねぎ

変更材料

- 1.小麦を使用しない、米粉(グルテンなし)で対応
- 2.野菜、わかめ、みそ、だし(小麦を使用しない)
- 3.小麦を使用しない米粉麺、人参、ねぎ

※醤油等の調味料などでアレルギー反応がある場合、ご相談下さい。

その他の製品

メニュー

- 1.小えびのサラダ
- 2.かに玉
- 3.里芋のみそがけ
- 4.長芋短冊
- 5.フルーツ

おもな材料

- 1.小えび、キャベツ、胡瓜
- 2.カニフレーク、卵、ミックスベジタブル
- 3.里芋、みそ、砂糖、みりん
- 4.長芋、のり、醤油、だしの素
- 5.みかん、キウイ、バナナ

変更材料

- 1.ささみ、キャベツ、胡瓜
- 2.ささみ、卵、ミックスベジタブル
- 3.じゃが芋、みそ、砂糖、みりん
- 4.じゃが芋、のり、醤油、だしの素
- 5.フルーツの場合、別のフルーツで対応

ご不明な点がございましたら、幼稚園までお問い合わせ下さい。