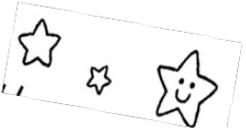
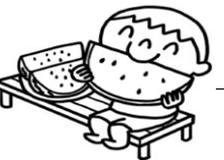


	月	火	水	木	金	土
献立		1 麦ご飯 すまし汁(小松菜・しめじ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) オクラ入り麩炒め パイン缶	2 麦ご飯 なめこ汁(ネギ) チキンのケチャップ煮 ゴーヤーチャンプルー オレンジ	3 ふりかけご飯 豚汁(冬瓜) へちまサラダ マヨチーズちくわ バナナ	4 スタミナカレー 茹でコーン ヨーグルト	5 
主な食材		精白米・押麦・こまつな・しめじ・さば・きび砂糖・しょうが・たまねぎ・オクラ・にんじん・車ふ・豚かた・キャノーラ油・パインアップル・牛乳	精白米・押麦・なめこ・絹ごし豆腐・葉ねぎ・鶏手羽・たまねぎ・キャノーラ油・沖縄豆腐・豚かた・にんじん・にがうり・卵	精白米・押麦・かつおぶし・豚かた・沖縄豆腐・とうがんと・さといも・こまつな・にんじん・根菜ねぎ・へちま・まぐろ缶・トコ缶・トト・レモン果汁・オリブ油・きび砂糖・竹輪・マヨドレ・チーズ・脱脂粉乳・クリーム・かつお削り節・パセリ・バナナ・牛乳・さつまいも	精白米・押麦・豚ひき肉・豚レバー・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・かぼちゃ・へちま・にがうり・キャノーラ油・トマトピューレー・チーズ・カレールウ・こまつな・トコ缶・マヨドレ・トコ・牛乳・豆乳ウエハース・フルーン	
おやつ		酪農牛乳、ゆかりおにぎり	麦茶、青菜おにぎり	酪農牛乳、焼き芋	麦茶、みそおにぎり	
献立	7 七タキーマカレー コーンスープ(キャベツ) ブロッコリーの和え物 七タデザート	8 トマトスパゲティ 豚肉と白菜のソフ きゅうりとみかんの和え物 チーズ10鉄分入り	9 麦ご飯 みそ汁(冬瓜・ねぎ) チキンのアップルソース 野菜炒め(もやし・ひじき) すいか	10 麦ご飯 すまし汁(冬瓜・水菜) ごぼうと牛肉のみそ煮 さつまいものゴマ和え オレンジ	11 もずく丼 みそ汁(ゆし豆腐・苳) かぼちゃサラダ バナナ	12 親子丼 みそ汁(キャベツ・油揚げ) 果物
主な食材	精白米・押麦・牛ひき肉・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・にんにく・しょうが・オクラ・チーズ・キャノーラ油・カレー粉・コンソメ・トコ缶・キャベツ・片栗粉・ブロッコリー・トト・かつお削り節・七タデザート・麦茶・そうめん・きゅうり・ハム・みかん缶	スパゲティ・豚ひき肉・キャノーラ油・トト・なす・たまねぎ・しめじ・ごま油・はくさい・豚かた・にんじん・じゃがいも・でん粉・きゅうり・みかん缶・きび砂糖・チーズ・牛乳・精白米	精白米・押麦・とうがんと・葉ねぎ・鶏肉・たまねぎ・パン粉・キャノーラ油・きび砂糖・こま・にんじん・キャベツ・りよくとうもろし・豚かた・はしひじき・すいか	精白米・押麦・とうがんと・きょうご・ごぼう・にんじん・牛かた・トト・しょうが・きび砂糖・さつまいも・さやいんげん・マヨドレ・こま	精白米・押麦・もずく・豚ひき肉・にんじん・にんにく・きび砂糖・片栗粉・青ピーマン・赤ピーマン・鶏卵・キャノーラ油・しめじ・かぼちゃ・じゃがいも・きゅうり・マヨドレ	精白米・鶏もも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・にんにく・キャノーラ油・大根・カットわかめ・葉ねぎ・マヨドレ・まぐろ缶・味付けのり
おやつ	麦茶、冷やしそうめん	酪農牛乳、ジャムサンド	麦茶、青菜と鮭おにぎり	酪農牛乳、スコーン(レーズン)	麦茶、おかかおにぎり	麦茶、ツナマヨおにぎり
献立	14 麦ご飯 みそ汁(なす) 肉じゃが きゅうりともやしの和え物 ブルー	15 タコライス みそ汁(小松菜・麩) ポテトサラダ パイン缶	16 麦ご飯 みそ汁(青菜・厚揚げ) 鮭の塩麹焼き 赤瓜の煮つけ バナナ	17 お弁当会です 	18 焼きそば・ゼリー ☆夏まつりごっこ 	19 
主な食材	精白米・押麦・なす・葉ねぎ・牛かた・トト・キャノーラ油・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・しらたき・きび砂糖・グリーンピース・きゅうり・りよくとうもろし・かつお削り節・ブルー・牛乳	精白米・押麦・牛ひき肉・豚レバー・にんにく・たまねぎ・にんじん・キャノーラ油・パプリカ粉・レタス・トト・チーズ・こまつな・車ふ・じゃがいも・にんじん・きゅうり・トコ缶・マヨドレ・味付け海苔	精白米・押麦・こまつな・生揚げ・しろさけ・モーウイ・にんじん・さやいんげん・豚かた・トト・キャノーラ油・バナナ・牛乳・スナックパン			
おやつ	酪農牛乳、コーンフレークスナック	麦茶、青菜とゆかりおにぎり	酪農牛乳、スナックパン	麦茶、鮭おにぎり	酪農牛乳、きつねおにぎり	
献立	21 海の日 	22 麦ご飯 みそ汁(ゆし豆腐・苳) 鮭の塩焼き パイパイリチー みかん缶	23 麦ご飯 すまし汁(伊・カマ・苳) 豚肉のしょうが焼き ブロッコリーソテー すいか	24 麦ご飯 みそ汁(かつ・じゃが芋) 生揚げのそぼろ煮(春雨) きゅうりの中華和え バナナ	25 ハヤジライス モーウイの甘酢和え プリン	26 沖縄そば 果物
主な食材	精白米・押麦・油・鮭・ゆし豆腐・苳・まぐろ缶・たまねぎ・まぐろ缶・パイパイ・にんじん・ニラ	精白米・押麦・油・鮭・ゆし豆腐・苳・まぐろ缶・たまねぎ・まぐろ缶・パイパイ・にんじん・ニラ	精白米・押麦・カットわかめ・葉ねぎ・豚肉・ピーマン・赤ピーマン・たまねぎ・にんじん・豚かた・コーン・すいか・牛乳	精白米・押麦・からしな・じゃがいも・豚ひき肉・キャノーラ油・にんじん・生揚げ・はるさめ・さやいんげん・きゅうり・きび砂糖・こま油・こま・バナナ	精白米・押麦・牛かた・豚レバー・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・トト・ピーマン・キャノーラ油・ハヤシルウ・ウスターソース・モーウイ・きび砂糖・牛乳	豚肉・沖縄そば・カマボコ・卵・精白米・苳・味付け海苔
おやつ		麦茶、青菜とゆかりおにぎり	酪農牛乳、コーンのお焼き	麦茶、苳菜と梅しそおにぎり	酪農牛乳、焼き芋	麦茶、青菜と鮭おにぎり
献立	28 納豆ごはん ちむしんじ タマナーチャンプルー オレンジ	29 麦ごはん みそ汁(豆腐・カマ・苳) チキンの照り焼き 人參シリシリ バナナ	30 麦ご飯 すまし汁(白菜・トト) 鮭の塩焼き ひじき炒め パイン缶	31 麦ご飯 さつま汁 揚げ豆腐のあんかけ キャベツのゴマ和え チーズ10鉄分入り	☆七夕の行事食☆ 七夕の行事食にそうめんがあります。奈良時代に中国から伝わった小麦粉料理がそうめんのルーツといわれており、無病息災の意味が込められているそうです。また天の川や織姫の織り糸に見立てているという説もあります。そうめんは食欲のない日におすすめですが、食べるときは麺だけでなく、卵や肉、野菜等をトッピングして栄養を補いましょう。	
主な食材	精白米・押麦・納豆・かつお削り節・豚かた・豚レバー・じゃがいも・にんじん・葉ねぎ・にんにく・沖縄豆腐・キャベツ・たまねぎ・にら・キャノーラ油・ペーキングパウダー	精白米・押麦・鶏肉・にんじん・たまねぎ・しょうが・豆腐・ワカメ・ねぎ・青ピーマン・赤ピーマン・こま油・きび砂糖・味付け海苔	米・押麦・はくさい・トト・カットわかめ・さば・しめじ・たまねぎ・マヨドレ・はしひじき・にんじん・豚かた・大豆・さやいんげん・しらたき・油・バナナ・牛乳・薄力粉・ペーキングパウダー・バター・きび砂糖・鶏卵	精白米・押麦・さつまいも・鶏もも・しらたき・大根・にんじん・根菜ねぎ・沖縄豆腐・鶏ひき肉・乾しいたけ・たまねぎ・キャノーラ油・きび砂糖・キャベツ・トコ缶・きゅうり・こま・チーズ		
おやつ	メイグルト、誕生会ケーキ	麦茶、青菜と鮭おにぎり	酪農牛乳、スコーン(チーズ)	麦茶、おかかおにぎり		

※ 保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

◀アレルゲン食品表示を規定されている食品▶

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・カシューナッツ・キウイ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生