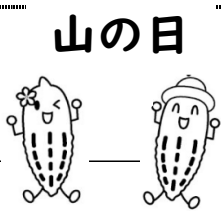
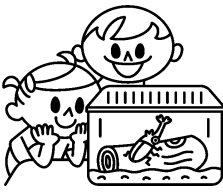


	月	火	水	木	金	土
献立	厳しい暑が続いています。夏バテ予防のため、睡眠をしっかりと朝食は必ず食べてから登園しましょう。				1	2
					カレーライス（ベジタブル） ゴーヤーと人参の白和え シークワーサーゼリー	チキンピラフ みそ汁(冬瓜・苺) 果物
主な食材	精白米・押麦・鶏もも・たまねぎ・赤ピーマン・黄ピーマン・しょうが・油・キャベツ・葉ねぎ・きゅうり・牛乳・かつおふりかけ		精白米・押麦・じゃがいも・たまねぎ・葉ねぎ・沖縄豆腐・豚かた・にんじん・にがうり・油・バナナ・牛乳		豚ひき肉・豚レバー・精白米・おし麦・じゃがいも・油・かぼちゃ・たまねぎ・トマト・キャベツ・にんにく・ゴーヤー・にんじん・ゼリー・味付け海苔	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・油・バナナ・干しぶどう・無糖ヨーグルト・牛乳・薄力粉・きび砂糖・豆乳・さつまいも
おやつ					酪農牛乳、ジャムサンド	麦茶、若菜と梅しそおにぎり
献立	4	5	6	7	8	9
	チキン照り焼き丼 みそ汁（キャベツ・油揚げ） きゅうりのゆかり和え オレンジ	麦ご飯 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) ゴーヤーチャンプルー ウインナーケチャップ バナナ	麦ご飯 すまし汁(えのき・わか・苺) 鯖のみそ煮 春雨とチンゲン菜の炒め物 みかん缶	麦ご飯 みそ汁（冬瓜・わか・苺） 豆腐ハンバーグ オクラの梅和え パイン缶	もずく丼 みそ汁(ゆし豆腐・苺) ヨーグルト	ハヤシライス 果物
主な食材	精白米・押麦・鶏もも・たまねぎ・赤ピーマン・黄ピーマン・しょうが・油・キャベツ・葉ねぎ・きゅうり・牛乳・かつおふりかけ	精白米・押麦・じゃがいも・たまねぎ・葉ねぎ・沖縄豆腐・豚かた・にんじん・にがうり・油・バナナ・牛乳	精白米・押麦・乾しいたけ・葉ねぎ・べにざけ・米粉・油・じゃがいも・ｺﾝ缶・たまねぎ・パセリ・豚かた・チンゲンサイ・しょうが・にんじん・はるさめ・ごま油・牛乳・強力粉・薄力粉・チーズ・有塩バター・ゴマ	精白米・押麦・昆布・にんじん・冬瓜・乾しいたけ・沖縄豆腐・葉ねぎ・まぐろ缶・豆乳・パン粉・油・オクラ・梅干し・かつお削り節・パインアップル・さつまいも	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・押麦・牛かた・鶏レバー・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・ﾄﾎﾞ・ピーマン・キャノーラ油・ハヤシルウ・ウスターソース
おやつ	酪農牛乳、ふりかけおにぎり		酪農牛乳、ちんすこう		麦茶、焼き芋	麦茶、鮭と青菜おにぎり
献立	11	12	13	14	15	16
		ミートスパゲティ すまし汁(わか・豆腐) 土佐和え パイン缶	麦ご飯 すまし汁(白菜・ﾄﾎﾞ) 魚ハンバーグ クービイリチー バナナ	麦ご飯 みそ汁(冬瓜・油揚げ) 鶏肉のネギ南蛮 からし菜チャンプルー オレンジ	すきやき丼 かぼちゃサラダ チーズ１０鉄分入り みかん缶	
主な食材		スパゲティ・豚ひき肉・にんじん・たまねぎ・生しいたけ・ぶなしめじ・青ピーマン・ごま油・焼きのり・オクラ・絹ごし豆腐・カットわかめ・きゅうり・かつお節・パインアップル・牛乳	精白米・押麦・はくさい・ﾄﾎﾞ・カットわかめ・キングクリップ・たまねぎ・鶏ひき肉・油・豆乳・パン粉・へちま・豚かた・沖縄豆腐・牛乳・にんじん・葉ねぎ	精白米・押麦・冬瓜・油揚げ・葉ねぎ・鶏もも・片栗粉・油・根深ねぎ・しょうが・ごま油・からしな・沖縄豆腐・にんじん・たまねぎ・豚かた	精白米・押麦・牛かた0ｰｽ・油・にんじん・沖縄豆腐・はくさい・しらたき・かぼちゃ・じゃがいも・きゅうり・マヨドレ・型抜きチーズ１０鉄分・牛乳	
おやつ	麦茶、鮭おにぎり		酪農牛乳、スコーン（レーズン）		麦茶、きつねおにぎり	酪農牛乳、ジャムサンド
献立	18	19	20	21	22	23
	ジャーチャー丼 すまし汁(冬瓜・わか) 小松菜のゴマ和え バナナ	クファージュシー みそ汁(ゆし豆腐・苺) 鮭の塩焼焼き モズク酢（みかん）	ふりかけご飯 みそ汁(じゃがいも・油揚げ・苺) 鶏と野菜の煮物 すいか	お弁当会です 	ビーフシチュー モーウイの甘酢和え プリン	沖縄そば（肉入り） 果物
主な食材	精白米・押麦・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・ｺﾝ缶・しょうが・ごま油・きび砂糖・冬瓜・カットわかめ・葉ねぎ・こまつな・りょくとうもろやし・ごま・麦茶・しらす干し・油揚げ	精白米・豚かた・にんじん・刻み昆布・油・生揚げ・きょうな菜・きはだまぐろ・豆乳・薄力粉・パン粉・もずく・きゅうり・温州みかん缶・きび砂糖・ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）・無塩バター・鶏卵・にがうり・バナナ	精白米・押麦・かつおふりかけ・かぼちゃ・油揚げ・根深ねぎ・鶏もも・油・にんじん・冬瓜・さやいんげん・片栗粉・すいか・牛乳		精白米・押麦・牛かた・鶏レバー・たまねぎ・にんじん・油・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・きくらげ・しょうが・ﾊﾞﾊﾞｲｱ・にら・まぐろ缶・牛乳・薄力粉・ﾊｰｷﾝｸﾞﾊｳﾀｰ	沖縄そば・なが昆布・豚かた0ｰｽ・きび砂糖・ゆし豆腐・にんじん・葉ねぎ・おから・焼き竹輪・きゅうり・ｺﾝ缶・マヨドレ
おやつ	酪農牛乳、蒸し芋		酪農牛乳、黒糖カステラ		麦茶、鮭と青菜おにぎり	酪農牛乳、みそおにぎり
献立	25	26	27	28	29	30
	納豆ごはん イナムドチ パパイヤイリチー ブルーン	麦ご飯 すまし汁(小松菜・えのき) ハニースパイシーチキン トマトサラダ（わか） オレンジ	カレーライス（根菜） マカロニサラダ ゼリー	麦ご飯 きらきらスープ(わか) 鮭の塩焼き デークニーイリチー みかん缶	麦ご飯 みそ汁（わか・えのき・苺） 揚げ豆腐のあんかけ きゅうりの塩昆布和え バナナ	
主な食材	精白米・押麦・糸引き納豆・かつお削り節・豚かた・大根・板こんにゃく・乾しいたけ・蒸し柿ほこ・ﾊﾞﾊﾞｲｱ・にんじん・にら・まぐろ缶・油・ﾌﾙｰﾝ・牛乳・米粉・ﾊｲﾝｽﾞｱｯﾌﾟﾙ缶・きび砂糖・豆乳	精白米・押麦・こまつな・えのきたけ・鶏もも・はちみつ・にんにく・ﾄﾎﾞ・オクラ・カットわかめ・きび砂糖・ｶｰﾌﾞ油・ｶﾛｼﾞ・牛乳・かぼちゃ・米粉・片栗粉・油・豆乳	精白米・押麦・豚かた・鶏レバー・たまねぎ・にんじん・さつまいも・ｶｰﾌﾞ油・しょうが・にんにく・スパゲティ・きゅうり・まぐろ缶・マヨドレ	精白米・押麦・オクラ・にんじん・絹ごし豆腐・さば・梅干し・きび砂糖・しそ・大根・豚かた・さやいんげん・油・りんご・牛乳・食パン・黒砂糖・有塩バター	米・押麦・なす・葉ねぎ・木綿豆腐・じゃがいもでん粉・油・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・きくらげ・しょうが・ﾊﾞﾊﾞｲｱ・にら・まぐろ缶・牛乳・薄力粉・ﾊｰｷﾝｸﾞﾊｳﾀｰ	
おやつ	カルピス、誕生会ケーキ		麦茶、おかかおにぎり		酪農牛乳、ウエハース、バナナ	麦茶、ゆかりと青菜おにぎり

※ 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。

◀アレルギー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