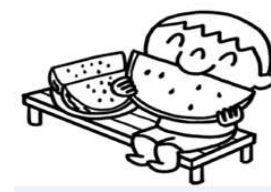
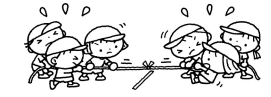


	月	火	水	木	金	土
献立	☆七夕の行事食☆ 七夕の行事食にそうめんがあります。奈良時代に中国から伝わった小麦粉料理がそうめんのルーツといわれており、無病息災の意味が込められているそうです。					
主な食材	また、天の川や織姫の織り糸に見立てているという説もあります。そうめんは食欲のない日におすすめですが、食べるときは麺だけでなく卵や肉、野菜等をトッピングして栄養を補いましょう。					
おやつ						
	6	7	8	9	10	11
献立	麦ご飯 みそ汁(山東菜・しめじ) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) オレンジ	七夕キーマカレー 冬瓜のスープ ポテトサラダ 七夕デザート	スパゲティーミートソース コーンスープ(キャベツ) かぼちゃサラダ みかん缶	麦ご飯 すまし汁(小松菜・えのき) 鮭の塩麹焼き 冬瓜の煮物 バナナ	麦ご飯 みそ汁(大根・カブ) 松風焼き パパイヤイリチー パイン缶	
主な食材	精白米 押麦 さんとうさい しめじ 鶏手羽 玉ねぎ 油 ブロッコリー 人参 緑豆もやし まぐろ缶 ゴマなしミソフィッシュ 牛乳 食パン バター サシキ き砂糖	精白米 押麦 牛ひき肉 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 にんにくしょうが かつおチヌ 油 鶏ささ身 とうがん えのき つまづき じゃが芋 きゅうり コンパル マヨネーズ シタダート	メグチ カブ 油 豚ひき肉 牛ひき肉 豚ひき肉 人参 玉ねぎ しめじ 油 トマトソース 薄力粉 バター チーズ コンパル かぼちゃ じゃが芋 きゅうり マヨネーズ 小麦 精白米 揚げ玉 青のり きび砂糖 かつお節 マネシフィッシュ	精白米 押麦 こまつな えのき しろさけ こまつきび砂糖 こま油 とうがん 人参 鶏もも さやいんげん 油 バナナ 牛乳 親世ふ クリーム 脱脂粉乳	精白米 押麦 大根 かつわかめ 葉ねぎ 鶏ひき肉 鶏ひき肉 玉ねぎ 油 きび砂糖 こまつ パパイア 人参 にら まぐろ缶 バイ缶 牛乳 さつまいも バター	
おやつ	酪農牛乳、黒糖カステラ	麦茶、鮭おにぎり	麦茶、たぬきおにぎり	酪農牛乳、コーンフレーク	酪農牛乳、スコーン(チーズ)	
	13	14	15	16	17	18
献立	カレーライス(魚) すまし汁(大根・カブ) オレンジ	麦ご飯 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) 豚のしょうが焼き オクラのおかか和え ヨーグルト	麦ご飯 みそ汁(冬瓜・山東菜) 豆腐ハンバーグ 野菜炒め(青菜) バナナ	麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) なべーらーんぶしー きゅうりともやしの和え物 みかん缶		沖縄そば(肉入り) 果物
主な食材	精白米 押麦 カブ カブ 豚かた 鶏ひき肉 人参 じゃが芋 玉ねぎ にんにく 油 脱脂粉乳 青ピーマン りんご きゅうり スパゲティ マヨネーズ	精白米 押麦 じゃが芋 玉ねぎ 葉ねぎ 豚ひき肉 しょうが 油 きび砂糖 こまつ きゅうり オクラ かつお削り節 スイートコン 牛乳 薄力粉 バター 鶏卵 にがり バナナ	精白米 押麦 とうがん さんとうさい 沖縄豆腐 葉ねぎ まぐろ缶 豆乳 油 カブ サイ 人参 緑豆もやし 豚かた バナナ 牛乳 薄力粉 チーズ コンパル きび砂糖	精白米 押麦 カブ サイ えのき へちま 豚かた 沖縄豆腐 油 きゅうり 緑豆もやし かつお削り節 みかん缶		沖縄そば なが昆布 豚かた マネシフィッシュ 油 豆腐 にんにく 葉ねぎ 精白米 味付けのり
おやつ	麦茶、ゆかりと青菜おにぎり	酪農牛乳、ジャムパン	酪農牛乳、コーンのお焼き(卵抜)	麦茶、おかかおにぎり	麦茶、若菜と梅しそおにぎり	麦茶、鮭おにぎり
	20	21	22	23	24	25
献立	海の日 	麦ご飯 そうめん汁 ピーマンと豚肉のみそ炒め キャベツサラダ	ごはん ビーフシチュー すまし汁(カブ・厚揚げ・ねぎ) シークワサーゼリー	麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 筑前煮 磯部和え バナナ	ふりかけご飯 みそ汁(水菜・油あげ) 炒り豆腐(卵なし) きゅうりの中華和え オレンジ	第11回うんどう会 
主な食材		精白米 押麦 そうめん しめじ 葉ねぎ 豚ひき肉 人参 玉ねぎ さやいんげん 油 キャベツ みかん缶 きび砂糖 牛乳 食パン きな粉 バター	牛かた マネシフィッシュ 豚レバー・じゃがいも・にんにく・たまねぎ・しめじ・青ピーマン・油・トマトピューレー・薄力粉・バター・クリーム・さやいんげん・きび砂糖・麦茶・米・味付けのり	精白米 押麦 かぼちゃ 根菜ねぎ 鶏もも 人参 こぼろ だけのこ しめじ さやいんげん 油 こまつな 緑豆もやし 焼きのり バナナ 牛乳	精白米 押麦 かつおふりかけ きょうな 油揚げ 沖縄豆腐 鶏ひき肉 しらす しいたけ 人参 玉ねぎ 油 きび砂糖 きゅうり こまつ こまつ 豆乳 EM牛乳 ライ麦粉 薄力粉 豆乳 干しぶどう	
おやつ		酪農牛乳、蒸し芋	麦茶、ゆかりおにぎり	酪農牛乳、ちんすこう	酪農牛乳、スコーン(卵乳なし)	
	27	28	29	30	31	
献立	納豆ごはん ちむしんじ タマナーチャンブルー みかん缶	麦ご飯 すまし汁(えのき・水菜) マーボーへちま 春雨サラダ すいか	もずく丼 みそ汁(冬瓜・豆腐) ブルー	麦ご飯 みそ汁(キャベツ・油揚げ) 鯖の塩焼き 赤瓜の煮つけ パイン缶	麦ご飯 みそ汁(麩・ねぎ) ゴーヤーチャンブルー スパゲティサラダ プリン	
主な食材	精白米 押麦 糸引き納豆 かつお削り節 豚かた 豚ひき肉 じゃが芋 人参 葉ねぎ にんにく 沖縄豆腐 キャベツ 玉ねぎ にら 油 マネシフィッシュ 牛乳	精白米 押麦 えのき きょうな 沖縄豆腐 豚ひき肉 豚ひき肉 人参 にんにく 玉ねぎ にんにく しょうが へちま きび砂糖 こまつ にら きゅうり トマト かつわかめ 春雨 まぐろ缶 すいか 牛乳 薄力粉 バター 黒砂糖 鶏卵 こまつ	精白米 押麦 もずく 豚ひき肉 人参 にんにく きび砂糖 青ピーマン 赤ピーマン 鶏卵 油 とうがん 沖縄豆腐 葉ねぎ きゅうり ブルン	精白米 押麦 キャベツ 油揚げ さば モーウイ 人参 さやいんげん 豚かた マネシフィッシュ パイン缶 麦茶 塩昆布	精白米 押麦 親世ふ 根菜ねぎ 沖縄豆腐 豚かた 玉ねぎ 人参 にがり 油 カブ サイ きゅうり まぐろ缶 干しぶどう マヨネーズ 牛乳	
おやつ	酪農牛乳、ごまクッキー	カルピス、誕生会ケーキ	麦茶、ゆかりと青菜おにぎり	麦茶、塩昆布おにぎり	酪農牛乳、ドーナツ	

※ 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＞

えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

★発症数が多く重症度が高いもの・・・えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生