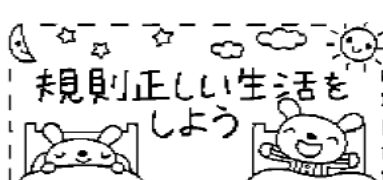
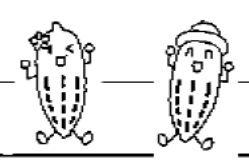


	月	火	水	木	金	土
	厳しい暑さが続いています。夏バテ予防のため、睡眠をしっかりと朝食は必ず食べてから登園しましょう。					
献立	 規則正しい生活を しよう		 朝ごはんを食べてよう		1 おからご飯 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) ゴーヤーチャンプルー バナナ	2 うどん(豚肉) さつまいものゴマ和え ブルー
主な食材	精白米・卵黄・レタス・油揚げ・オクラ・たまねぎ・にんじん・焼きそば・豚肉・鶏肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖		精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖		精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	うどん・鶏肉・さつまいも・きび砂糖・鶏肉・豚肉・にんじん・しょうが・油・鶏肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖
おやつ	EM酪農牛乳、ちんすこう(手作り)		EM酪農牛乳、わかめおにぎり		豆乳、きなこ棒・いわしっこ	
4	5	6	7	8	9	
献立	おからご飯 みそ汁(レタス・油揚げ) オクラ入り麴炒め すいか	キッズピビンパ みそ汁(冬瓜・ねぎ) へちまサラダ フルーツゼリー(巨峰)	おからご飯 そうめん汁 魚のポテトクリーム焼き 春雨とチンゲン菜の炒め物	おからご飯 ソーキ汁(冬瓜) 豆腐ハンバーグ オクラの梅和え パインアップル	あわご飯 クリームシチュー(鮭) 白菜サラダ	チキン照り焼き丼 みそ汁(じゃがいも・しめじ) きゅうりの塩昆布あえ
主な食材	精白米・卵黄・レタス・油揚げ・オクラ・たまねぎ・にんじん・焼きそば・豚肉・鶏肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖
おやつ	EM酪農牛乳、ちんすこう(手作り)		EM酪農牛乳、ポテトミート		豆乳、きなこ棒・いわしっこ	
11	12	13	14	15	16	
献立	山の日 	おからご飯 みそ汁(なす・油揚げ) チンジャオロース きゅうり竹輪 ソフール元気ヨーグルト	おからご飯 すまし汁(白菜・トマト) 魚ハンバーグ なべーらーんぶしー	おからご飯 みそ汁(冬瓜・油揚げ) 鶏のネギ南蛮 からし菜チャンプルー オレンジ	カレーライス(根菜) ポテトサラダ バナナ	沖縄そば(肉入り) おからサラダ パイン缶
主な食材	精白米・卵黄・なす・油揚げ・豚肉・鶏肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖
おやつ	豆乳、チーズ蒸しパン		EM酪農牛乳、ソーメンタチャー		EM酪農牛乳、セサミスティック	
18	19	20	21	22	23	
献立	おからご飯 みそ汁(鶏・わかめ) 豚肉のしょうが焼き オクラのおかか和え 味付小魚	クワアージュ みそ汁(厚揚げ・水菜) まぐろカツ(ソース) モスク酢(きゅうり)	きのこスパゲティ すまし汁(わかめ・豆腐) 土佐和え パインアップル	ふりかけご飯 みそ汁(かぼちゃ・油揚げ) 鶏と野菜の煮物 すいか	ジャージャー丼 すまし汁(冬瓜・わかめ) 小松菜のゴマ和え いも芋	チキンピラフ みそ汁(わかめ・豆腐) フルーツサラダ
主な食材	精白米・卵黄・鶏肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖
おやつ	EM酪農牛乳、黒糖くずもち		EM酪農牛乳、米粉ホットケーキ		豆乳、さつまいも蒸しカップ	
25	26	27	28	29	30	
献立	納豆ごはん イナムドチ パパイヤイリチー ブルー	おからご飯 すまし汁(小松菜・えのき) 魚のスパイシー焼き トマトサラダ(おろ) オレンジ	おからご飯 みそ汁(白菜・豆腐) きびなごのカレー揚げ 冬瓜の煮物 バナナ	お弁当 	すきやき丼 かぼちゃサラダ チーズ10個分入り	焼きそば ゆし豆腐(ねぎ) ポテトサラダ
主な食材	精白米・卵黄・納豆・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖	精白米・卵黄・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豆腐・油・すいか・EM牛乳・寒天・きび砂糖
おやつ	EM酪農牛乳、米粉のパインアップルケーキ		豆乳、かぼちゃポーロ		EM酪農牛乳、蒸し手(減)	

※ 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。※おやつのかき、クッキー、蒸しパン等は、米粉と黒糖を使用して作っています。

※ 油あげ、厚揚げ、お鮎は豆腐や高野豆腐へ変更しています。 ※小麦の類はタイプーンへ変更しています。

＜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