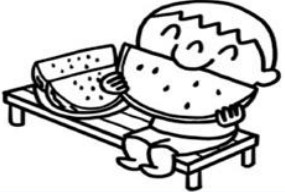


	月	火	水	木	金	土
献立	☆七夕の行事食☆		1	2	3	4
	七夕の行事食にそうめんがあります。奈良時代に中国から伝わった小麦粉料理がそうめんのルーツといわれており、無病息災の意味が込められているそうです。 また、天の川や織姫の織り糸に見立てているという説もあります。そうめんは食欲のない日におすすめですが、食べるときは麺だけでなく卵や肉、野菜等をトッピングして栄養を補いましょう。		もずく丼 みそ汁(冬瓜・豆腐) スティックキュウリ ブルーン 精白米 押麦 もずく 豚ひき肉 人参 にんにく きび砂糖 青じょうろ 赤じょうろ 鶏卵 油 とうがん 沖縄豆腐 葉ねぎ きゅうり ブルン EM牛乳 米粉 豆乳 はちみつ 干しぶどう バター	ふりかけご飯 すまし汁(絹ごし・わか) かぼちゃと豚肉のうま煮(減) ツナ和え(ヨーヨー・人参) パインアップル 精白米 押麦 かつおふりかけ 絹ごし豆腐 かつわかめ かぼちゃ 豚かた肉 玉ねぎ さやいんげん しょうが 油 にがりり 人参 まぐろ缶 マドレ パインアップル 野菜 ジュース はちや棒	麦ご飯 ポークビーンズ(わか)増し へちまサラダ ジュア(プレーン)80 精白米 押麦 大豆 豚ひき肉 豚バニ 玉ねぎ 人参 さやいんげん かわけ 油 へちま まぐろ缶 ヨン缶ホム トマト レン かわ 油 きび砂糖 ジョア(プレーン) EM牛乳 ロールソーセージ キャベツ	カレーうどん(昼) きゅうり竹輪 バナナ うどん 玉ねぎ かわ ツাই 人参 豚かた 焼き竹輪 きゅうり バナナ EM牛乳 精白米 ゆかり えだまめ
			EM酪農牛乳、米粉ホットケーキ(レーズン)	野菜ジュース、はちや棒	EM酪農牛乳、ロールソー(ウイナ)	EM酪農牛乳、ゆかりおにぎり(枝豆)
献立	6	7	8	9	10	11
	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) 味付小魚	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) 鮭のごま味噌焼き 冬瓜の煮物 バナナ	麦ご飯 みそ汁(大根・わか) 松風焼き パパイアイリチー パイン缶	ジャワライス(昼) みそ汁(キャベツ・しめじ) インゲンのごま和え
	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 EM牛乳 食パン バター シェイク きび砂糖	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 かわ ナス 油 鶏ささ身 とうがん えのき みつば じゃが芋 きゅうり ヨン缶ホム マドレ 七夕デザート EM牛乳 ヨーヨー	かわけ かわ 油 豚ひき肉 牛ひき肉 豚バニ 人参 玉ねぎ しいだけ 油 トマトピューレ 薄力粉 バター ナス ヨン缶ホム かわ じゃが芋 きゅうり マドレ みかん缶 麦茶 精白米 揚げ玉 青のり きび砂糖 かつお節 玉なしミソフィッシュ	精白米 押麦 こまつな えのき しろさけ ごま きび砂糖 ごま油 とうがん 人参 鶏もも さやいんげん 油 バナナ 野菜ジュース 観世ふり 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 鶏バニ 玉ねぎ 油 きび砂糖 ごま パパイア 人参 にら まぐろ缶 バニ缶 EM牛乳 さつままいも バター	精白米 鶏もも 人参 玉ねぎ バター ヨン缶ホム グリーンピース キャベツ しめじ 葉ねぎ さやいんげん ごま EM牛乳 米粉 バナナ きび砂糖 油 豆乳 ヨー
献立	13	14	15	16	17	18
	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	お弁当の日🍱	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	カレーライス(魚) マカロニとりんごのサラダ いもチップ	野菜そば モズク酢(みかん) チーズ10鉄分入り
	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 きいだけ 人参 玉ねぎ 油 きび砂糖 きゅうり ごま油 ごま かわ 玉なしミソ EM牛乳 ライ麦粉 薄力粉 豆乳 干しぶどう	EM牛乳 メロンパン	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 かわ ツাই 人参 緑豆もやし 豚かた バナナ EM牛乳 薄力粉 ナス ヨン缶クリーム きび砂糖	精白米 押麦 かわ ツাই 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 野菜ジュース かりんとう	精白米 押麦 かわ クリッパ 豚かた 鶏バニ 人参 じゃが芋 玉ねぎ にんにく 油 脱脂粉乳 青じょうろ りんご きゅうり かわけ マドレ 紫いもチップ EM牛乳 米粉 ヨー 絹ごし豆腐 豆乳 きび砂糖 植物性ホイップ クリーム 粉糖 バニ缶	沖縄そば 豚かた肉 人参 キャベツ 緑豆もやし 油 蒸しかまぼこ もずく きゅうり みかん缶 きび砂糖 型抜きナス 10鉄分 EM牛乳 精白米 塩昆布 まぐろ缶
献立	20	21	22	23	24	25
	海の日 	避難訓練 麦ご飯 そうめん汁 なすの挽き肉炒め キャベツサラダ 精白米 押麦 そうめん しいだけ 葉ねぎ 豚ひき肉 なす 人参 玉ねぎ さやいんげん 油 キャベツ みかん缶 きび砂糖 EM牛乳 キャベツ ホットケーキ粉 ソーセージ チーズ マドレ	麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 筑前煮 磯部和え バナナ 精白米 押麦 かぼちゃ 根菜ねぎ 鶏もも 人参 ごぼう しいだけ しいだけ さやいんげん 油 こまつな 緑豆もやし 焼きのり バナナ EM牛乳 かわけ 豚ひき肉 玉ねぎ トマトホム バニ ナス	麦ご飯 春雨スープ 魚のマリネ ソフール元気ヨーグルト 精白米 押麦 レタス 豚かた 人参 はるさめ キャベツ クリッパ 薄力粉 油 玉ねぎ トマト きゅうり きび砂糖 レンソール 野菜ジュース 食パン きな粉 バター	ロールソー きのこシチュー しらすのサラダ ぶどうゼリー ロールソー 豚かた 油 じゃが芋 人参 玉ねぎ ブロッコリー しいだけ しめじ 薄力粉 バター 牛乳 脱脂粉乳 こまつな ヨン缶ホム しらす 干し マドレ ぶどうゼリー 麦茶 精白米 刻み昆布 葉ねぎ	豚しょうが焼き丼 みそ汁(山東菜・豆腐) モーウイの甘酢和え 精白米 押麦 豚かた 玉ねぎ 青じょうろ 赤じょうろ しょうが 油 さんとうさい 沖縄豆腐 モーウイ きび砂糖 EM牛乳 くずでん粉 黒砂糖 きな粉
	EM酪農牛乳、スコーン(卵乳なし)	EM酪農牛乳、メロンパン	EM酪農牛乳、コーンのお焼き(卵抜)	野菜ジュース、かりんとう	EM酪農牛乳、カップケーキ(ココア・パイン)	EM酪農牛乳、塩昆布とツナのおにぎり
献立	27	28	29	30	31	
	納豆ごはん ちむしんじ タマナーチャンプルー 味付小魚	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	麦ご飯 みそ汁(キャベツ・油揚げ) 鯖の塩焼き 赤瓜の煮つけ パインアップル 精白米 押麦 えのき きょうな 沖縄豆腐 豚ひき肉 豚バニ 人参 しいだけ 玉ねぎ にんにく しょうが へちま きび砂糖 ごま油 にら きゅうり トマト かつわかめ 春雨 まぐろ缶 すいか EM牛乳 薄力粉 バター 黒砂糖 鶏卵 ごま	あんかけ焼きそば みそ汁(厚揚げ・わか) おからサラダ バナナ 中華めん 豚かた はくさい 人参 玉ねぎ しいだけ 青じょうろ 油 きび砂糖 生揚げ かつわかめ おから 竹輪 きゅうり ヨン缶ホム マドレ バナナ 野菜ジュース 黒棒	麦ご飯 みそ汁(麩・ねぎ) ゴーヤーチャンプルー スパゲティサラダ チーズ10鉄分入り 精白米 押麦 観世ふり 根菜ねぎ 沖縄豆腐 豚かた 玉ねぎ 人参 にがりり 油 かわけ 油 しょうが きゅうり まぐろ缶 干しぶどう マドレ 型抜きナス 10鉄分 麦茶 かつお節 しらす 干し ひじき	
	EM酪農牛乳、玄米フレークスナック	EM酪農牛乳、ゴマクッキー	EM酪農牛乳、芋クジアンダーギー	野菜ジュース、黒棒	麦茶、じゃこひじきおにぎり	

※ 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》

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