

	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 パインアップル・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 プルーン	4 マーボーへちま丼 みそ汁(麩・ワカ) トマトサラダ(わら)	5 カレーうどん ツナ和え(ほうれん草・人参) バナナ
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・缶・牛乳・絹ごし豆腐・ホットケーキ粉・こま	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・れんご・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・脱脂粉乳・きび砂糖・もも	精白米・押麦・かつおふりかけ・豚かた・沖縄豆腐・とうがん・さいも・こまつな・にんじん・根菜ねぎ・へちま・まぐろ缶・コン缶・ﾄﾄ・レモン果汁・オリーブ油・きび砂糖・竹輪・マヨドレ・チーズ・脱脂粉乳・クリーム・	精白米・押麦・沖縄豆腐・豚ひき肉・豚レバー・にんじん・乾しいたけ・たまねぎ・にんにく・しょうが・へちま・きび砂糖・ごま油・片栗粉・にら・ふ・カットわかめ・根深ねぎ・ﾄﾄ・オクラ・オリーブ油・ジョア(マカド)・油揚げ・こま	うどん・たまねぎ・チンゲンサイ・にんじん・豚かた・カレールウ・本みりん・ほうれん草・まぐろ缶・マヨドレ・バナナ・牛乳
おやつ		明治牛乳、ごまごま豆腐パン	EM酪農牛乳、ピーチマフィン(卵除去)	明治牛乳、焼き芋	ジョア(マカド)80、きつねおにぎり	EM酪農牛乳、雪の宿せんべい
献立	7 七タキーマカレー コーンスープ(キャベツ) ﾌﾟﾛｯｺﾘｰの和え物 七タデザート	8 トマトスパゲティ 豚肉と白菜のｽｰﾌﾟ 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) 松風焼き 野菜炒め(もやし・ひじき) すいか	10 麦ご飯 みそ汁(かじ・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	11 スタミナカレー しらすのサラダ 茹でコーン	12 園内研修 お弁当 家庭保育協力願ひ
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・ｺﾝ缶・キャベツ・片栗粉・ﾌﾟﾛｯｺﾘｰ・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・もち米・ごま	精白米・押麦・とうがん・葉ねぎ・鶏ひき肉・鶏レバー・たまねぎ・ﾊﾟﾝ粉・キャノーラ油・きび砂糖・ごま・にんじん・キャベツ・りよくとうもろし・豚かた・ほしひじき・すいか・牛乳・ホットケーキ粉・絹ごし豆腐・油・きな粉	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・さいいんげん・きゅうり・きび砂糖・ごま油・こま・バナナ・牛乳・さつままいも・無塩バター・ホットケーキ粉	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・チーズ・カレールウ・こまつな・ｺﾝ缶・しらす干し・マヨドレ・ｺﾝ・牛乳・豆乳ウエハース・プルーン	
おやつ	麦茶、冷やしそうめん	明治牛乳、五平餅	EM酪農牛乳、もちもちドーナツ(卵抜き)	明治牛乳、スイートポテト	EM酪農牛乳、豆乳ウエハース、プルーン	EM酪農牛乳、マリービスケット
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 ソフール元気3-ｸﾞﾙﾄ	15 お誕生会 	16 麦ご飯 みそ汁(青菜・厚揚げ) 鮭の塩焼き 赤豆の煮つけ バナナ	17 タコライス みそ汁(小松菜・麩) ポテトサラダ	18 ロールパン チキンチャウダー れんこんのゴママヨサラダ	19 野菜そば かぼちゃ含め煮 チーズ10鉄分入り
主な食材	精白米・押麦・なす・葉ねぎ・牛かたﾛｰｽ・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・ｸﾞﾘｰﾝﾋｰｽﾞ・きゅうり・りよくとうもろし・かつお削り節・ソフール・牛乳・玄米ﾌﾚｰｸ・マシュマロ	牛乳・ショートケーキ	精白米・押麦・こまつな・生揚げ・しろさけ・モーウイ・にんじん・さいいんげん・豚かたﾛｰｽ・キャノーラ油・バナナ・牛乳・食パン・きな粉・きび砂糖・有塩バター	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・ﾊﾞﾊﾞﾘｰ粉・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・ｺﾝ缶・マヨドレ・牛乳・薄力粉・豆乳・おきなもずく・にら・まぐろ缶	ロールパン・鶏もも・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・オリーブ油・セロリー・有塩バター・薄力粉・牛乳・ｸﾘｰﾑ・ｸﾞﾘｰﾝﾋｰｽﾞ・れんこん・さいいんげん・こま・マヨドレ・きび砂糖・麦茶・精白米・かつお節・しらす干し・にんじん・ほしひじき・ごま・キャノーラ油	沖縄そば・豚かたﾛｰｽ・にんじん・キャベツ・りよくとうもろし・キャノーラ油・蒸しかまぼこ・かぼちゃ・チーズ・牛乳
おやつ	EM酪農牛乳、玄米フレックスナック	明治牛乳、誕生会ケーキ	EM酪農牛乳、きな粉ラスク	明治牛乳、もずく入りひらやちー	麦茶、じゃこひじきおにぎり	EM酪農牛乳、星たべよ煎餅
献立	21 海の日 	22 麦ご飯 みそ汁(ﾍﾞｰ・豆腐) なすの挽き肉炒め ツナ和え(ﾎﾞｰ・人参) オレンジ	23 麦ご飯 すまし汁(冬瓜・ワカ) 魚フライタルソース うんちえ炒め パインアップル・缶	24 麦ご飯 みそ汁(山東菜・豆腐) 豚肉のしょうが焼き ﾌﾟﾛｯｺﾘｰのおかかﾎﾞｰ和え すいか	25 ハヤシライス モーウイの甘酢和え いもﾁｬｯﾌﾟ	26 ジャワライス(昼) すまし汁(小松菜・えのき) プルーン
主な食材	精白米・押麦・へちま・沖縄豆腐・豚ひき肉・なす・にんじん・たまねぎ・さいいんげん・キャノーラ油・カレー粉・片栗粉・にがうり・まぐろ缶・マヨドレ・れんご・牛乳・薄力粉・脱脂粉乳・ベーキングパウダー・有塩バター・きび砂糖・ｸﾞﾗﾉｰﾗ	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・へちま・しめじ・かぼちゃ・じゃがいも・きゅうり・マヨドレ・りんご・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・ほうれん草・チーズ	精白米・押麦・とうがん・カットわかめ・葉ねぎ・白身魚・薄力粉・豆乳・ﾊﾝ粉・油・鶏卵・ﾋﾞｸﾙｽ・たまねぎ・マヨドレ・ようさい・にんじん・豚かた・にんにく・ごま油・きび砂糖・パインアップル・缶・牛乳・強力粉・黒砂糖・ｸﾞﾗﾉｰﾗ	精白米・押麦・さんとうさい・沖縄豆腐・豚かた・玉ねぎ・青ピーマン・赤ピーマン・きび砂糖・キャノーラ油・ﾌﾟﾛｯｺﾘｰ・チーズ・かつお削り節・すいか・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・ｸﾘｰﾑ・ｺﾝ缶	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・ﾄﾄ・ﾋｰﾏﾝ・キャノーラ油・ハヤシルー・ウスターソース・モーウイ・きび砂糖・紫いもﾁｬｯﾌﾟ・牛乳・食パン・しらす干し・マヨドレ・ﾎﾞｰ	精白米・鶏もも・にんじん・たまねぎ・無塩バター・カレールウ・ｺﾝ缶・ｸﾞﾘｰﾝﾋｰｽﾞ・こまつな・えのきたけ・プルーン・牛乳
おやつ		明治牛乳、シリアルクッキー	EM酪農牛乳、黒糖カステラ	明治牛乳、コーンのお焼き(卵抜)	EM酪農牛乳、じゃこトースト	EM酪農牛乳、ぼたぼた焼き煎餅
献立	28 納豆ごはん ちむしんじ タマナーチャンプルー 味付小魚	29 もずく丼 みそ汁(ﾍﾞｰ・しめじ) かぼちゃサラダ りんご	30 あんかけ焼きそば すまし汁(わら・豆腐) 粉ふきいも(青のり) シークワサーゼリー	31 麦ご飯 さつま汁 炒り豆腐(卵なし) ｷｬﾎﾞﾂのｺﾞﾏ和え 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・ゴマなしミニフィッシュ・牛乳・米粉・ベーキングパウダー・バナナ・きび砂糖・豆乳・ココア	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・へちま・しめじ・かぼちゃ・じゃがいも・きゅうり・マヨドレ・りんご・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・ほうれん草・チーズ	中華めん・豚かた・はくさい・にんじん・たまねぎ・たけのこ・青ピーマン・キャノーラ油・きび砂糖・片栗粉・オクラ・絹ごし豆腐・カットわかめ・じゃがいも・あおのり・ｼｰｸﾜｰゼﾘｰ・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・無塩バター・鶏卵・にがうり	精白米・押麦・さつままいも・鶏もも・しらたき・大根・にんじん・根深ねぎ・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・ｺﾝ缶・きゅうり・こま・チーズ・ジョア(マカド)・薄力粉・ベーキングパウダー・鶏卵・油		
おやつ	EM酪農牛乳、米粉のﾊﾞﾅﾅｹｰｷ(ｺｺｱ)	明治牛乳、スコーン(ほうれん草・チーズ)	EM酪農牛乳、若夏ケーキ	ジョア(マカド)80、サーターアランダギー		

※ 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

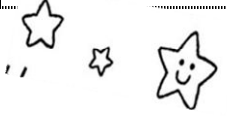
	月	火	水	木	金	土
献立		1 麦ご飯 すまし汁(小松菜・しめじ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) オクラ入り麩炒め パインアップル・缶	2 麦ご飯 なめこ汁(ネギ) チキンのケチャップ煮 ゴーヤーチャンプルー オレンジ	3 ふりかけご飯 豚汁(冬瓜) へちまサラダ マヨチーズちくわ バナナ	4 マーボーへちま丼 みそ汁(麩・ワカ) トマトサラダ(わか) バナナ	5 カレーうどん ツナ和え(ほうれん草・人参) バナナ
主な食材		精白米・押麦・こまつな・しめじ・さば・きび砂糖・しょうが・たまねぎ・オクラ・にんじん・車ふ・豚かた・キャノーラ油・パインアップル・缶・牛乳・絹ごし豆腐・ホットケーキ粉・こま	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・れんご・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・脱脂粉乳・きび砂糖・もも	精白米・押麦・かつおふりかけ・豚かた・沖縄豆腐・とうがん・さいも・こまつな・にんじん・根菜ねぎ・へちま・まぐろ缶・コン缶・トマト・レモン果汁・オリーブ油・きび砂糖・竹輪・マヨドレ・チーズ・脱脂粉乳・クリーム・	精白米・押麦・沖縄豆腐・豚ひき肉・豚レバー・にんじん・乾しいたけ・たまねぎ・にんにく・しょうが・へちま・きび砂糖・ごま油・片栗粉・にら・ふ・カットわかめ・根深ねぎ・トマト・オクラ・オリーブ油・ジョア(マサト)・油揚げ・こま	うどん・たまねぎ・チンゲンサイ・にんじん・豚かた・カレールウ・本みりん・ほうれん草・まぐろ缶・マヨドレ・バナナ・牛乳
おやつ		明治牛乳、ごまごま豆腐パン	EM酪農牛乳、ピーチマフィン(卵除去)	明治牛乳、焼き芋	ジョア(マサト)80、きつねおにぎり	EM酪農牛乳、雪の宿せんべい
献立	7 七タキーマカレー コーンスープ(キャベツ) プロッコリーの和え物 七タデザート	8 トマトスバゲティ 豚肉と白菜のスー 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) 松風焼き 野菜炒め(もやし・ひじき) すいか	10 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	11 スタミナカレー しらすのサラダ 茹でコーン	12 園内研修 お弁当 家庭保育協力願ひ
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・コン缶・キャベツ・片栗粉・プロッコリー・トマト・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	スバゲティ・豚ひき肉・キャノーラ油・トマト・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・煎餅	精白米・押麦・とうがん・葉ねぎ・鶏ひき肉・鶏レバー・たまねぎ・パン粉・キャノーラ油・きび砂糖・ごま・にんじん・キャベツ・りょうとうもやし・豚かた・ほしひじき・すいか・牛乳・ホットケーキ粉・絹ごし豆腐・油・きな粉	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・ごま油・ごま・バナナ・	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・チーズ・カレールウ・こまつな・コン缶・しらす干し・マヨドレ・コン・牛乳・豆乳ウエハース・ブルー	
おやつ	麦茶、冷やしそうめん	明治牛乳、野菜せんべい	EM酪農牛乳、もちもちドーナツ(卵抜き)	明治牛乳、スイートポテト	EM酪農牛乳、豆乳ウエハース、ブルー	EM酪農牛乳、マリービスケット
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 ソフール元気3-グルト	15 お誕生会 	16 麦ご飯 みそ汁(青菜・厚揚げ) 鮭の塩焼き 赤豆の煮つけ バナナ	17 タコライス みそ汁(小松菜・麩) ポテトサラダ	18 ロールパン チキンチャウダー れんこんのゴママヨサラダ	19 野菜そば かぼちゃ含め煮 チーズ10鉄分入り
主な食材	精白米・押麦・なす・葉ねぎ・牛かた・ローズ・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・りょうとうもやし・かつお削り節・ソフール・牛乳・せんべい	牛乳・ショートケーキ	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・ローズ・キャノーラ油・バナナ・牛乳・食パン・きな粉・きび砂糖・有塩バター	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・ババリア粉・レタス・トマト・チーズ・こまつな・車ふ・じゃがいも・にんじん・きゅうり・コン缶・マヨドレ・牛乳・薄力粉・豆乳・おきなもずく・にら・まぐろ缶	ロールパン・鶏もも・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・オリーブ油・セロリ・有塩バター・薄力粉・牛乳・クリーム・グリーンピース・れんこん・さやいんげん・ごま・マヨドレ・きび砂糖・麦茶・精白米・かつお節・しらす干し・にんじん・ほしひじき・ごま・キャノーラ油	沖縄そば・豚かた・ローズ・にんじん・キャベツ・りょうとうもやし・キャノーラ油・蒸しかまぼこ・かぼちゃ・チーズ・牛乳・
おやつ	EM酪農牛乳、野菜せんべい	明治牛乳、誕生会ケーキ(手作り)	EM酪農牛乳、きな粉ラスク	明治牛乳、もずく入りひらやちー	麦茶、じゃこひじきおにぎり	EM酪農牛乳、星たべよ煎餅
献立	21 海の日 	22 麦ご飯 みそ汁(アヲ・豆腐) なすの挽き肉炒め ツナ和え(ゴーヤ・人参) オレンジ	23 麦ご飯 すまし汁(冬瓜・ワカ) 魚フライタルソース うんちえ炒め パインアップル・缶	24 麦ご飯 みそ汁(山東菜・豆腐) 豚肉のしょうが焼き プロッコリーのおかかチーズ和え すいか	25 ハヤシライス モーウイの甘酢和え バナナ(いもチップ)	26 ジャワライス(昼) すまし汁(小松菜・えのき) チーズ10鉄分入り
主な食材	精白米・押麦・へちま・沖縄豆腐・豚ひき肉・なす・にんじん・たまねぎ・さやいんげん・キャノーラ油・カレー粉・片栗粉・にら・キャノーラ油・ゴマなしミニフィッシュ・牛乳・米粉・ベーキングパウダー・オレンジ・きび砂糖・豆乳・ココア	精白米・押麦・へちま・沖縄豆腐・豚ひき肉・なす・にんじん・たまねぎ・さやいんげん・キャノーラ油・カレー粉・片栗粉・にら・キャノーラ油・マヨドレ・れんご・牛乳・薄力粉・脱脂粉乳・ベーキングパウダー・有塩バター・きび砂糖・グラノーラ	精白米・押麦・とうがん・カットわかめ・葉ねぎ・白身魚・薄力粉・豆乳・パン粉・油・鶏卵・ピクルス・たまねぎ・マヨドレ・ようさい・にんじん・豚かた・にんにく・ごま油・きび砂糖・パインアップル・缶・牛乳・強力粉・黒砂糖・グラノーラ	精白米・押麦・さんとうさい・沖縄豆腐・豚かた・玉ねぎ・青ピーマン・赤ピーマン・きび砂糖・キャノーラ油・プロッコリー・チーズ・かつお削り節・すいか・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・カレー・コン缶	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・トマト・ピーマン・キャノーラ油・ハヤシルー・ウスターソース・モーウイ・きび砂糖・紫いもチップ・牛乳・食パン・しらす干し・マヨドレ・チーズ	精白米・鶏もも・にんじん・たまねぎ・無塩バター・カレールウ・コン缶・グリーンピース・こまつな・えのきたけ・チーズ・牛乳・
おやつ		明治牛乳、シリアルクッキー	EM酪農牛乳、黒糖カステラ	明治牛乳、コーンのお焼き(卵抜)	EM酪農牛乳、じゃこトースト	EM酪農牛乳、ぼたぼた焼き煎餅
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 もずく丼 みそ汁(アヲ・しめじ) かぼちゃサラダ りんご	30 あんかけ焼きそば すまし汁(わか・豆腐) 粉ふきいも(青のり) シークワサーゼリー	31 麦ご飯 さつま汁 炒り豆腐(卵なし) 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・ゴマなしミニフィッシュ・牛乳・米粉・ベーキングパウダー・オレンジ・きび砂糖・豆乳・ココア	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・へちま・しめじ・かぼちゃ・じゃがいも・きゅうり・マヨドレ・りんご・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・ほうれん草・チーズ	中華めん・豚かた・はくさい・にんじん・たまねぎ・たけのこ・青ピーマン・キャノーラ油・きび砂糖・片栗粉・オクラ・絹ごし豆腐・カットわかめ・じゃがいも・あおのり・シークワゼリー・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・無塩バター・鶏卵・にがうり	精白米・押麦・さつまいも・鶏もも・しらたき・大根・にんじん・根深ねぎ・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・コン缶・きゅうり・ごま・チーズ・ジョア(マサト)・薄力粉・ベーキングパウダー・鶏卵・油		
おやつ	EM酪農牛乳、米粉のパンケーキ(ココア)	明治牛乳、スコーン(ほうれん草・チーズ)	EM酪農牛乳、若夏ケーキ	ジョア(マサト)80、サーターアランダギー		

※ 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

	月	火	水	木	金	土
献立		1 軟飯、全がゆ すまし汁（小松菜） 白身魚のすりつぶし りんご煮	2 軟飯、全がゆ 豆腐と野菜のおろし煮 みそスープ オレンジ煮	3 軟飯、全がゆ 白身魚と冬瓜のおろし煮 みそスープ バナナ煮	4 マーボー豆腐丼 みそスープ（オクラ・トマト） オレンジ煮	5 軟飯、全がゆ 魚と野菜の煮込み くだもの
主な食材		全かゆ こまつな かつおだし 白身魚にんじん たまねぎりんご コーンフレーク 調製粉乳	全かゆ 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ オレンジかつおだし	全かゆ 白身魚とうがん こまつなバナナ かつおだし さつまいも	全かゆ 沖縄豆腐 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ 片栗粉 かつおだし オクラ トマト オレンジ精白米	全かゆ 白身魚たまねぎ チンゲンサイ にんじん かつおだし ほうれんそう
おやつ		コーンフレーク粥	全がゆ（人参）	さつま芋の落とし焼き	人参がゆ	ハイハイン
献立	7 軟飯、全がゆ 魚と野菜煮 すまし汁 りんご煮	8 軟飯、全がゆ 豆腐と野菜のトロトロ みそスープ オレンジ煮	9 軟飯、全がゆ みそスープ（冬瓜） 鶏ひき肉の野菜あん りんご煮	10 軟飯、全がゆ 豆腐のそぼろ煮 きゅうりの煮びたし すまし汁 バナナ煮	11 軟飯、全がゆ 白身魚と根菜のトロトロ煮 みそスープ りんご煮	12 園内研修 お弁当 家庭保育協力願い 
主な食材	全かゆ 白身魚 たまねぎ にんじん ブロッコリー りんご そうめん かつおだし きゅうり	全かゆ 絹ごし豆腐 にんじん トマト はくさい かつおだしオレンジ	全かゆ とうがん かつおだし 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 片栗粉りんご 精白米 キャベツ	全かゆ 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 にんじん さやいんげん かつおだし 片栗粉 きゅうり さつまいも バナナ	全かゆ 白身魚 たまねぎ にんじん じゃがいも かぼちゃ かつおだしりんご	
おやつ	そうめんぷつとうー（おかゆ）	おじや（根菜）	おじや（ミンチ）	さつま芋のマッシュ	全がゆ（玉ねぎ）	ハイハイン
献立	14 軟飯、全がゆ 魚と根菜のやわらか煮 みそスープ オレンジ煮	15 お誕生会 	16 軟飯、全がゆ みそスープ（青菜） 魚の野菜煮（モーウイ） バナナ煮	17 軟飯、全がゆ 豆腐の野菜煮 じゃがいもマッシュ りんご煮	18 軟飯、全がゆ（食パン） 鶏ひき肉と根菜煮 すまし汁 バナナ煮	19 軟飯、全がゆ 豆腐の野菜煮 かぼちゃマッシュ くだもの
主な食材	全かゆ 白身魚じゃがいも たまねぎ にんじん おれんじ かつおだし とりひき		全かゆ こまつな かつおだし しろさけ モーウイ にんじんバナナ 片栗粉	全かゆ 絹ごし豆腐 にんじん トマト たまねぎ かつおだし 片栗粉 りんごじゃがいも	全かゆ 鶏ひき肉たまねぎ じゃがいも にんじん バナナ精白米チーズ かつおだし	全かゆ 絹ごし豆腐 キャベツ にんじん かつおだし 片栗粉 かぼちゃ 精白米 鶏ひき肉 たまねぎ
おやつ	ボロボロジュシー	りんごコンポート（ヨーグルト）	おじや（ミンチ）	人参がゆ	チーズリゾット	ハイハイン
献立	21 海の日 	22 軟飯、全がゆ マーボー豆腐（なす） すまし汁 オレンジ煮	23 軟飯、全がゆ すまし汁（冬瓜） 魚のもみじ煮 りんご煮	24 軟飯、全がゆ みそスープ（山東菜） 魚と野菜のりんご煮 オレンジ煮	25 軟飯、全がゆ 豆腐のトマトあえ すまし汁 バナナ煮	26 軟飯、全がゆ 豆腐のくずし煮 すまし汁 くだもの
主な食材		全かゆ 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 なす たまねぎ にんじん おれんじかつおだし 片栗粉 精白米 鮭 こまつな	全かゆ とうがん かつおだし こいくちしょうゆ 白身魚 にんじん 片栗粉 りんごかぼちゃ	全かゆ さんとうさい かつおだし 白身魚 りんご ブロッコリー 片栗粉おれんじ 精白米 にんじん	全かゆ 絹ごし豆腐 トマト たまねぎ かつおだし 片栗粉 バナナ チーズ	全かゆ 絹ごし豆腐 こまつな にんじん かつおだし 片栗粉
おやつ		ぞうすい（鮭）	かぼちゃ落とし焼き	人参がゆ	チーズおじや	ハイハイン
献立	28 軟飯、全がゆ 豆腐の野菜煮 みそスープ バナナ煮	29 軟飯、全がゆ 白身魚と根菜の柔らか煮 みそスープ りんご煮	30 軟飯、全がゆ すまし汁（オクラ・豆腐） じゃがいもマッシュ オレンジ煮	31 軟飯、全がゆ みそスープ（根菜） 鶏肉と野菜そぼろ煮 バナナ煮	★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	全かゆ 絹ごし豆腐 キャベツ にんじん たまねぎ かつおだしバナナ 片栗粉 じゃがいも	全かゆ 白身魚 にんじん かぼちゃ じゃがいも かつおだしりんご 片栗粉 チーズ ほうれんそう	全かゆ オクラ はくさい 絹ごし豆腐 かつおだし じゃがいも そうめん にんじん おれんじ	全かゆ さつまいも 大根 かつおだし 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ 片栗粉バナナ りんご ヨーグルト・無糖 きな粉		
おやつ	じゃが芋お焼き	チーズがゆ（ほうれん草）	そうめん汁（絹ごし）おかゆ	りんごのコンポート（ヨーグルト）		

※ 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・キウイ・牛肉・くるみ・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・ごま・カシューナッツ・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

《はちみつ・黒糖は乳児ボツリヌス症をおこしやすいので1歳までは与えないようにしましょう》