

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4 ウンケー	5 ナカビ	6 ウークイ
献立	麦ご飯 すまし汁(白菜・竹輪) 豆腐チャンプルー キュウリとワカメの和え物 バナナ	ふりかけご飯 さつま汁 麩チャンプルー すいか	麦ご飯 みそ汁(へちま・絹ごし・しめじ) 揚げ魚のケチャップ煮 コールスローサラダ りんご	クファージュシー ゆし豆腐(アーサ) 松風焼き キャベツサラダ	カレーライス(チキン) もーういの和え物 味付小魚	お弁当 
主な食材	精白米 押麦 はくさい 焼き竹輪 沖縄豆腐 豚かた りょくとうもやし にんじん たまねぎ にら 油 きび砂糖 片栗粉 飲む野菜と果実(デザートに) EM牛乳 くすでん粉 ラックミー(豆乳) きな粉 豆乳	精白米 押麦 かつおふりかけ さつまいも 鶏もも しらたき 大根 にんじん 根菜ねぎ キャベツ たまねぎ りょくとうもやし 豚かた 油 車ふ 鶏卵 すいか 牛乳 もち米 きび砂糖 ごま	精白米 押麦 へちま 絹ごし豆腐 しめじ キングクリップ 片栗粉 油 たまねぎ 青ピーマン きび砂糖 キャベツ にんじん ｺｰﾝ缶 マヨドレ りんご ジョア(ｽｶｯﾄ) 薄力粉 油	精白米 豚かた にんじん 刻み昆布 油 ゆし豆腐 あおき 鶏ひき肉 鶏卵 - たまねぎ パン粉 きび砂糖 ごま キャベツ みかん缶 牛乳 さつまいも とうバナナ	精白米 押麦 鶏もも 鶏卵 - たまねぎ にんじん じゃがいも 油 カレールウ モーウイ みかん缶 きび砂糖 ゴマなしミニフィッシュ EM牛乳 かりんとうバナナ	
おやつ	EM酪農牛乳、パン(きな粉クリーム)	明治牛乳、五平餅	ジョア(ｽｶｯﾄ)80、ちんすこう(手作り)	明治牛乳、蒸し芋	EM酪農牛乳、かりんとう、バナナ	牛乳、星たべよ煎餅
	8	9	10	11	12	13
献立	麦ご飯 みそ汁(冬瓜・山東菜) 高野豆腐と野菜のうま煮 飲む野菜と果実	麦ご飯 みそ汁(白菜・しめじ) 鯖の香味焼き 野菜炒め(ブロッコリー) パイン缶	納豆みそご飯 そうめん汁 タマナーチャンプルー 梨	そぼろ丼 みそ汁(レタス・ちくわ) ブロッコリーのおかかチｰｽﾞ 和え オレンジ	中華丼 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) おからサラダ シークワーサーゼリー	園内研修 お弁当 家庭保育協力願い 
主な食材	精白米 押麦 とうがん さんとうさい 凍り豆腐 豚かた キャベツ にんじん たまねぎ 油 きび砂糖 片栗粉 飲む野菜と果実(デザートに) EM牛乳 くすでん粉 ラックミー(豆乳) きな粉	精白米 押麦 はくさい しめじ さば しょうが にんにく きび砂糖 ブロッコリー にんじん りょくとうもやし まぐろ缶 油 パインアップル缶 牛乳 食パン 青ピーマン ｺｰﾝ缶 ロースハム ビザチーズ	精白米 押麦 挽きわり納豆 豚ひき肉 葉ねぎ きび砂糖 そうめん 乾しいたけ 沖縄豆腐 豚かた キャベツ にんじん たまねぎ にら 油 梨 EM牛乳 ライ麦粉 薄力粉 豆乳 干しぶどう	精白米 押麦 鶏ひき肉 鶏卵 - きび砂糖 鶏卵 油 ほうれんそう レタス 焼き竹輪 ブロッコリー プロセスチｰｽﾞ かつお削り節 ｶﾙﾌﾞ 牛乳 薄力粉 脱脂粉乳 もも缶	精白米 押麦 豚かた はくさい にんじん 乾しいたけ 青ピーマン 油 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも たまねぎ 葉ねぎ おから 焼き竹輪 きゅうり ｺｰﾝ缶 マヨドレ シｰｸﾜｰｻｰゼﾘｰ EM牛乳 黒棒 バナナ	
おやつ	EM酪農牛乳、豆乳のくすもち	明治牛乳、ピザトースト	EM酪農牛乳、スコーン(卵乳なし)	明治牛乳、ピーチマフィン(卵除去)	EM酪農牛乳、黒棒、バナナ	牛乳、雪の宿せんべい(白)
	15 敬老の日 	16	17	18 お誕生会 お弁当 	19	20 おゆうぎかい 
献立		麦ご飯 みそ汁(厚揚げ・水菜) 肉じゃが キャベツの塩昆布和え いもチップ	スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のｽｰﾌﾟ さつまいもの甘辛煮 りんご		ロールパン きのこシチュー トマトサラダ(きゅうり) フルーツゼリー(巨峰)	
主な食材		精白米 押麦 生揚げ きょうな 牛かた0ｰｽ 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 キャベツ きゅうり 塩昆布 紫いもﾁｯﾌﾟ 牛乳 強力粉 黒砂糖 干しぶどう	スパゲティ 豚ソーセージ にんじん たまねぎﾄﾏﾄ 青ピーマン ｶﾅｰﾌﾞ 油 ウスターソースチｰｽﾞ はくさい 豚かた 片栗粉 さつまいも りんご ｶﾙﾍﾞﾝﾐﾝ(リンゴ) 精白米 こまつな しらすake 味付けのり		ロールパン 豚かた 油 じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー エリンギ しいたけ しめじ 薄力粉 パター 牛乳 脱脂粉乳 ﾄﾏﾄ きゅうり カットわかめ きび砂糖 ｶﾅｰﾌﾞ 油 ｸﾙｰﾃﾞﾘｰ(巨峰) 麦茶 精白米 しらす干し ひじき ごま	
おやつ		明治牛乳、黒糖カステラ	Ca飲料(ﾘﾝｺﾞ)、鮭と青菜のおにぎり	明治牛乳、誕生日ケーキ	麦茶、じゃこひじきおにぎり	牛乳、ぼたぼた焼き煎餅
	22	23 秋分の日 	24	25	26	27
献立	麦ご飯 みそ汁(キャベツ・油揚げ) ゴーヤーチャンプルー ウィンナー りんご		麦ご飯 すまし汁(絹ごし・ねぎ) 豚肉とチンゲン菜の炒め物 ツナ和え(ほうれん草・人参) パイン缶	秋鮭ずし みそ汁(なす・鶏肉) パパイヤイリチー ソファール元気ｺｰｸﾞﾙﾄ	ハヤシライス 切り干し大根サラダ 梨	野菜そば かぼちゃ含め煮 バナナ
主な食材	精白米 押麦 キャベツ 油揚げ 沖縄豆腐 豚かた たまねぎ にんじん にがうり 油 豚ソーセージ りんご EM牛乳 さつまいも 有塩バター きび砂糖 ゴマ		精白米 押麦 絹ごし豆腐 葉ねぎ 豚かた チンゲンサイ しょうが たまねぎ にんじん はるさめ ごま油 ほうれんそう まぐろ缶 マヨドレ パインアップル缶 EM牛乳 車ふｸﾘｰﾑ脱脂粉乳	精白米 押麦 きび砂糖 鶏卵 油 べにざけ ほしひじき さやいんげん ごま なす たまねぎ 鶏もも パパイア にんじん にら まぐろ缶 ソファール 牛乳 食パン いちごジャム	精白米 押麦 牛かた 鶏卵 - たまねぎ にんじん じゃがいも ﾄﾏﾄ 青ピーマン 油 ハヤシルウ 切り干し大根 きゅうり まぐろ缶 ごま きび砂糖 梨 EM牛乳 玄米ﾌﾚｰｸﾞ ﾏｼｹﾞﾏﾛ	沖縄そば 豚かた0ｰｽ にんじん キャベツ りょくとうもやし 油 蒸しかまぼこ かぼちゃ バナナ 牛乳
おやつ	EM酪農牛乳、ｽｲｰﾄﾎﾟﾂﾄ		EM酪農牛乳、ふむふむ(麩のおやつ)	明治牛乳、ジャムサンド	EM酪農牛乳、玄米フレークスナック	牛乳、雪の宿せんべい(黒糖)
	29	30	 <p>冷たい物を取り過ぎていませんか？</p> <p>子どもは消化吸収が未発達なため、冷たい飲み物を取りすぎると胃腸の働きが低下し、食欲が落ちたり下痢を起こしやすくなります。 適温の飲み物での水分補給を心がけましょう。</p>			
献立	納豆ごはん ちむしんじ からし菜チャンプルー オレンジ	麦ご飯 みそ汁(山東菜・豆腐) チキンママレード煮 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) りんご				
主な食材	精白米 押麦 糸引き納豆 かつお削り節 豚かた 豚ﾊﾞｰ じゃがいも にんじん 葉ねぎ にんにく からし 沖縄豆腐 たまねぎ 油 ｶﾙﾌﾞ EM牛乳 薄力粉 ﾋﾞﾛｾｽチｰｽﾞ ｺｰﾝｸﾞﾙｰﾑ缶 きび砂糖	精白米 押麦 さんとうさい 沖縄豆腐 鶏手羽 ｶﾙﾌﾞ ﾏｰﾑｰﾙﾄﾞ キャベツ にんじん 豚かた 青ピーマン りょくとうもやし 油 りんご 牛乳 ピーファン たまねぎ にら ごま油 きび砂糖				
おやつ	EM酪農牛乳、コーンのお焼き(卵抜)	明治牛乳、焼きピーマン				

※ 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
	1	2	3	4 ウンケー	5 ナカビ	6 ウークイ
献立	麦ご飯 すまし汁(白菜・竹輪) 豆腐チャンプルー キュウリとワカメの和え物 バナナ	ふりかけご飯 さつま汁 麩チャンプルー すいか	麦ご飯 みそ汁(へちま・絹ごし・しめじ) 揚げ魚のケチャップ煮 コールスローサラダ りんご	クファージュシー ゆし豆腐(アーサ) 松風焼き キャベツサラダ	カレーライス(チキン) もーういの和え物 チーズ10鉄分入り	お弁当 
主な食材	精白米 押麦 はくさい 焼き竹輪 沖縄豆腐 豚かた りょくとうもやし にんじん たまねぎ にら 油 きび砂糖 片栗粉 食パン きな粉 豆乳	精白米 押麦 かつおふりかけ さつまいも 鶏もも しらす 大根 にんじん 根菜ねぎ キャベツ たまねぎ りょくとうもやし 豚かた 油 車ふ 鶏卵 すいか 牛乳 ホットケーキミックス粉	精白米 押麦 へちま 絹ごし豆腐 しめじ キングクリップ 片栗粉 油 たまねぎ 青ピーマン きび砂糖 キャベツ にんじん ｺｰﾝ缶 マヨドレ りんご ジョア(ｽｶｯﾄ) 薄力粉 油	精白米 豚かた にんじん 刻み昆布 油 ゆし豆腐 あおき 鶏ひき肉 鶏卵 - たまねぎ パン粉 きび砂糖 ごま キャベツ みかん缶 牛乳 さつまいも とうバナナ	精白米 押麦 鶏もも 鶏卵 - たまねぎ にんじん じゃがいも 油 カレールウ モーウイ みかん缶 きび砂糖 ゴマなしミニフィッシュ EM牛乳 かりんとうバナナ	
おやつ	EM酪農牛乳、パン(きな粉クリーム)	明治牛乳、ホットケーキ	ジョア(ｽｶｯﾄ)80、ちんすこう(手作り)	明治牛乳、蒸し芋	EM酪農牛乳、かりんとう、バナナ	牛乳、星たべよ煎餅
	8	9	10	11	12	13
献立	麦ご飯 みそ汁(冬瓜・山東菜) 高野豆腐と野菜のうま煮 飲む野菜と果実	麦ご飯 みそ汁(白菜・しめじ) 鯖の香味焼き 野菜炒め(ブロッコリー) パイン缶	納豆みそご飯 そうめん汁 タマナーチャンプルー 梨	そぼろ丼 みそ汁(レタス・ちくわ) ブロッコリーのおかかチｰｽﾞ 和え オレンジ	中華丼 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) おからサラダ シークワーサーゼリー	園内研修 お弁当 家庭保育協力願い 
主な食材	精白米 押麦 とうがん さんとうさい 凍り豆腐 豚かた キャベツ にんじん たまねぎ 油 きび砂糖 片栗粉 飲む野菜と果実(デザートに) EM牛乳	精白米 押麦 はくさい しめじ さば しょうが にんにく きび砂糖 ブロッコリー にんじん りょくとうもやし まぐろ缶 油 パインアップル缶 牛乳 食パン 青ピーマン ｺｰﾝ缶 ロースハム ピザチーズ	精白米 押麦 挽きわり納豆 豚ひき肉 葉ねぎ きび砂糖 そうめん 乾しいたけ 沖縄豆腐 豚かた キャベツ にんじん たまねぎ にら 油 梨 EM牛乳 ライ麦粉 薄力粉 豆乳 干しぶどう	精白米 押麦 鶏ひき肉 鶏卵 - きび砂糖 鶏卵 油 ほうれんそう レタス 焼き竹輪 ブロッコリー プロセスチーズ かつお削り節 ｶﾙﾌﾞ 牛乳 薄力粉 脱脂粉乳 もも缶	精白米 押麦 豚かた はくさい にんじん 乾しいたけ 青ピーマン 油 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも たまねぎ 葉ねぎ おから 焼き竹輪 きゅうり ｺｰﾝ缶 マヨドレ シｰｸﾜｰｻｰゼﾘｰ EM牛乳 黒棒 バナナ	
おやつ	EM酪農牛乳、ミックスベジタブル	明治牛乳、ピザトースト	EM酪農牛乳、スコーン(卵乳なし)	明治牛乳、ピーチマフィン(卵除去)	EM酪農牛乳、黒棒、バナナ	牛乳、雪の宿せんべい(白)
	15 敬老の日	16	17	18 お誕生会 お弁当	19	20 おゆうぎかい
献立		麦ご飯 みそ汁(厚揚げ・水菜) 肉じゃが キャベツの塩昆布和え いもチップ	スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のｽｰﾌﾟ さつまいもの甘辛煮 りんご		ロールパン きのこシチュー トマトサラダ(きゅうり) フルーツゼリー(巨峰)	
主な食材		精白米 押麦 生揚げ きょうな 牛かた0ｰｽ 油 じゃがいも たまねぎ にんじん しらす きび砂糖 グリーンピース キャベツ きゅうり 塩昆布 紫いもﾁｯﾌﾟ 牛乳 強力粉 黒砂糖 干しぶどう	スパゲティ 豚ソーセージ にんじん たまねぎﾄﾏﾄ 青ピーマン ｶﾅﾌﾞ 油 ウスターソースﾁｰｽﾞ はくさい 豚かた 片栗粉 さつまいも りんご カルゲンﾐﾝ(リンゴ) 精白米 こまつな しらすake 味付けのり		ロールパン 豚かた 油 じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー エリンギ 生しいたけ しめじ 薄力粉 パター 牛乳 脱脂粉乳 ﾂﾂｷ ｷｬﾁｳﾘ ｶｯﾄﾜｶﾒ きび砂糖 ｶﾅﾌﾞ 油 ｸﾙｰﾂ(巨峰) 麦茶 精白米 しらす干し ひじき ごま	
おやつ		明治牛乳、黒糖カステラ	Ca飲料(ﾘﾝｼﾞ)、鮭と青菜のおにぎり	明治牛乳、誕生日ケーキ	麦茶、じゃこひじきおにぎり	牛乳、ぼたぼた焼き煎餅
	22	23 秋分の日	24	25	26	27
献立	麦ご飯 みそ汁(キャベツ・油揚げ) ゴーヤーチャンプルー ウィンナー りんご		麦ご飯 すまし汁(絹ごし・ねぎ) 豚肉とチンゲン菜の炒め物 ツナ和え(ほうれん草・人参) パイン缶	秋鮭ずし みそ汁(なす・鶏肉) パパイヤイリチー ソファール元気ｺｰｸﾞﾙﾄ	ハヤシライス 切り干し大根サラダ 梨	野菜そば かぼちゃ含め煮 バナナ
主な食材	精白米 押麦 キャベツ 油揚げ 沖縄豆腐 豚かた たまねぎ にんじん にがうり 油 豚ソーセージ りんご EM牛乳 さつまいも 有塩バター きび砂糖 ゴマ		精白米 押麦 絹ごし豆腐 葉ねぎ 豚かた チンゲンサイ しょうが たまねぎ にんじん はるさめ ごま油 ほうれんそう まぐろ缶 マヨドレ パインアップル缶 EM牛乳 車ふｸﾘｰﾑ脱脂粉乳	精白米 押麦 きび砂糖 鶏卵 油 べにざけ ほしひじき さやいんげん ごま なす たまねぎ 鶏もも パパイア にんじん にら まぐろ缶 ソファール 牛乳 食パン いちごジャム	精白米 押麦 牛かた 鶏卵 - たまねぎ にんじん じゃがいも ﾂﾂﾍﾞ 青ピーマン 油 ハヤシルウ 切り干し大根 きゅうり まぐろ缶 ごま きび砂糖 梨 EM牛乳	沖縄そば 豚かた0ｰｽ にんじん キャベツ りょくとうもやし 油 蒸しかまぼこ かぼちゃ バナナ 牛乳
おやつ	EM酪農牛乳、ｽｲｰﾄﾎﾟﾂﾄ		EM酪農牛乳、ふむふむ(麩のおやつ)	明治牛乳、ジャムサンド	EM酪農牛乳、ソフト煎餅	牛乳、雪の宿せんべい(黒糖)
	29	30	 <p>冷たい物を取り過ぎていませんか？</p> <p>子どもは消化吸収が未発達なため、冷たい飲み物を取りすぎると胃腸の働きが低下し、食欲が落ちたり下痢を起こしやすくなります。 適温の飲み物での水分補給を心がけましょう。</p>			
献立	納豆ごはん ちむしんじ からし菜チャンプルー オレンジ	麦ご飯 みそ汁(山東菜・豆腐) チキンママレード煮 野菜炒め(キャベツ、ﾋﾟｰﾏﾝ) りんご				
主な食材	精白米 押麦 糸引き納豆 かつお削り節 豚かた 豚ﾊﾞｰ じゃがいも にんじん 葉ねぎ にんにく からし 沖縄豆腐 たまねぎ 油 ｶﾙﾌﾞ EM牛乳 薄力粉 ﾎﾟﾛｾｽﾁｰｽﾞ ｺｰﾝｸﾘｰﾑ缶 きび砂糖	精白米 押麦 さんとうさい 沖縄豆腐 鶏手羽 ｶﾙﾌﾞ ﾏｰﾑﾙｰﾄﾞ キャベツ にんじん 豚かた 青ピーマン りょくとうもやし 油 りんご 牛乳 ﾋｰﾌﾝ たまねぎ にら ごま油 きび砂糖				
おやつ	EM酪農牛乳、コーンのお焼き(卵抜)	明治牛乳、焼きビーフン				

※ 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
	1	2	3	4 ウンケー	5 ナカビ	6 ウンケー
献立	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 すまし汁(白菜) 豆腐チャンプルー キュウリとワカメの和え物 バナナ煮	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 さつまい 麩チャンプルー スイカ煮	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 みそ汁（へちま・絹ごし） 煮魚 コールスローサラダ りんご煮	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 ゆし豆腐 松風焼き キャベツサラダ オレンジ煮	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 鶏ひき肉と野菜のカレー風 すまし汁 バナナ煮	お弁当 
主な食材	全がゆ はくさい 沖縄豆腐 豚かた りょくとうもやし にんじん たまねぎ にら 油 きゅうり カットわかめ きび砂糖 レモン果汁 食パン きな粉 豆乳 バナナ	全がゆ さつまいも 鶏もも 大根 にんじん 根 深ねぎ キャベツ たまねぎすいか 豚かた 油 車ふ、牛乳、ホットケーキ粉	全がゆ へちま 絹ごし豆腐 白身魚キャベツ にんじん ｺｰﾝ缶 マヨドレ、牛乳、ｺｰﾝﾌﾚｰｸ、りんご	全がゆ ゆし豆腐 鶏ひき肉 鶏ﾊﾞｰ たまねぎ パン粉 油 きび砂糖 キャベツ みかん缶、牛乳 さつまいも、おれんじ	全がゆ 鶏ひき肉 鶏ﾊﾞｰ たまねぎ にんじん じゃがいも 有塩バターバナナ 調製粉乳 食パン ヨーグルト無糖 マヨドレ	
おやつ	パン(きな粉クリーム)、牛乳	おじや、ホットケーキ、牛乳	ｺｰﾝﾌﾚｰｸ粥、牛乳	ふかし芋、牛乳	トースト（人参ディップ）	ハイハイ、牛乳
	8	9	10	11	12	13
献立	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 みそ汁(冬瓜・山東菜) 高野豆腐と野菜のうま煮 りんご煮	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 みそ汁(白菜) 鯖ほぐし 野菜炒め煮（ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ） オレンジ煮	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 そうめん汁 タマナーチャンプルー 梨煮	三色丼（鶏ひき肉） みそ汁（レタス） ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのおかか和え オレンジ煮	中華丼 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) スティックきゅうり バナナ煮	園内研修 お弁当 家庭保育協力願い 
主な食材	全がゆ とうがん さんとうさい 凍り豆腐 鶏ひき肉 キャベツ にんじん たまねぎりんご 油 きび砂糖、牛乳、精白米 白身魚、にんじん	全がゆ はくさい さば ブロッコリー にんじん りょくとうもやし おれんじまぐろ缶 油、牛乳、食パン 青ピーマン ｺｰﾝ缶 ｷｰｽﾞ	全がゆ そうめん 葉ねぎ 沖縄豆腐 豚かた キャベツ にんじん たまねぎ にら 油、牛乳、精白米 鶏ひき肉、ほうれんそう	全がゆ 鶏ひき肉 鶏ﾊﾞｰ きび砂糖 油 ほうれんそう レタス ブロッコリーかつお節、おれんじ、牛乳、たまねぎ、にんじん、マグロ缶	全がゆ 豚ひき肉 はくさい にんじん 青ピーマン 油 きび砂糖 じゃがいも たまねぎ きゅうり バナナ、りんご、ヨーグルト無糖 きな粉	
おやつ	魚入りおじや、牛乳	チーズトースト、牛乳	そうすい（鶏ひき肉）、牛乳	全がゆ（人参・ツナ缶）、牛乳	りんごのコンポート（ヨーグルト）	ハイハイ、牛乳
	15	16	17	18	19	20
献立	敬老の日 	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 みそ汁（絹ごし） じゃがいもと魚の煮物 キャベツの和え物 オレンジ煮	スパゲティナポリタン（軟） 白菜のｽｰﾌﾟ さつまいもの甘辛煮 りんご煮	お誕生会 お弁当 	ロールパン 豚ひきと野菜のシチュー風 トマトサラダ（きゅうり） バナナ煮	おゆうぎかい 
主な食材		全がゆ 絹ごし豆腐 キングクリップ じゃがいも たまねぎ にんじん きび砂糖 キャベツ きゅうり、オレンジ、牛乳、ｺｰﾝﾌﾚｰｸ	スパゲティ 鶏ひき肉 にんじん たまねぎﾄﾏﾄ 青ピーマン オリーブ油 ｷｰｽﾞ はくさい さつまいも、りんご煮、牛乳、精白米 こまつな しろさけ	そうめん、鶏ミンチ、牛乳	ロールパン 豚ひき肉 油 じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー 薄力粉 有塩バター 調製粉乳 ﾂﾏﾄ きゅうり カットわかめ、バナナきび砂糖 オリーブ油、牛乳、精白米 かつお節 にんじん ほしひじき、鶏ひき肉	
おやつ		ｺｰﾝﾌﾚｰｸ粥、牛乳	鮭と青菜のおにぎり、牛乳	そうめん汁（鶏ミンチ）、牛乳	鶏ひき入りひじきがゆ、牛乳	ハイハイ、牛乳
	22	23	24	25	26	27
献立	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 みそ汁（ｷｬﾍﾞﾂ・魚） 野菜チャンプルー りんご煮	秋分の日 	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 すまし汁(絹ごし) 魚の野菜あんかけ ツナ和え(ほうれん草・人参) オレンジ煮	秋鮭ごはん みそ汁（なす・豆腐） 人参イリチー（煮） バナナ煮	ハヤシライス スティック野菜 梨（煮）	煮込み野菜そば かぼちゃ含め煮 バナナ（煮）
主な食材	全がゆ キャベツ 白身魚 沖縄豆腐 たまねぎ にんじん 油 さつまいも りんご、牛乳、有塩バター 調製粉乳		全がゆ 絹ごし豆腐 白身魚チンゲンサイ たまねぎ にんじん 油 ほうれんそう まぐろ缶 マヨドレ、おれんじ、牛乳、ホットケーキ粉	全がゆ 鶏卵 油 しろさけ ほしひじき きび砂糖 さやいんげん なす たまねぎ 絹ごし豆腐 にんじん、牛乳、精白米 鶏ひき肉、玉ねぎ、にんじん	全がゆ 牛かた 鶏ﾊﾞｰ たまねぎ にんじん じゃがいも ﾂﾏﾄ 青ピーマン 油 薄力粉 有塩バター きゅうり なし、牛乳、オートミール バナナ 調製粉乳	沖縄そば キングクリップ にんじん キャベツ りょくとうもやし 油 かぼちゃ バナナ
おやつ	ｽﾏｲﾙﾍﾞｯﾄ、牛乳		ホットケーキ、牛乳	軟飯（とりそばろ）、牛乳	オートミールとバナナのお焼き、牛乳	ハイハイ、牛乳
	29	30	             			
献立	全がゆ（5倍）～軟飯(納豆) みそ汁 豆腐ステーキ野菜あん オレンジ煮	全がゆ（5倍がゆ）～軟飯 みそ汁（山東菜・豆腐） 野菜炒め煮(ｷｬﾍﾞﾂ、ﾋﾞｰﾏﾝ) りんご煮				
主な食材	全がゆ 糸引き納豆 かつお節 じゃがいも にんじん 葉ねぎ 沖縄豆腐 からしな たまねぎ 油、牛乳、精白米 ｷｰｽﾞ	全がゆ さんとうさい 沖縄豆腐 キャベツ にんじん 豚ひき肉 青ピーマン りょくとうもやし 油、りんご、牛乳、そうめん マグロ缶				
おやつ	人参がゆ（チーズ）、牛乳	そうめん汁（ツナ缶）、牛乳				

※ 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》