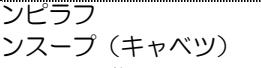
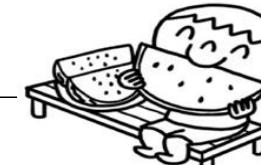


月		火	水	木	金	土	
献立		1 麦ご飯 すまし汁(小松菜・しめじ) 鰯の味噌煮(玉ネギ) オクラ入り麩炒め りんご	2 麦ご飯 なめこ汁(ネギ) チキンのケチャップ煮 ゴーヤーチャンプルー オレンジ	3 ふりかけご飯 豚汁(冬瓜) ツナ和えほうれん草 マヨチーズちくわ パインアップル	4 マーボーへちま丼(玄米) みそ汁(麩・叻麺) トマトサラダ(オクラ) しそゼリー	5 もずく丼 みそ汁 ブルーン	
主な食材		精白米・押麦・こまつな・しめじ・さば・きび砂糖・しょうが・たまねぎ・オクラ・にんじん・車軸・豚かた・キャノーラ油・りんご・発酵乳・絹ごし豆腐・ホットケーキ粉・ごま	精白米・押麦・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・オクラ・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・根深ねぎ・まぐろ缶・ほうれん草・竹輪・マヨドレ・チーズ・脱脂乳・クリーム・かつお削り節・バセリ・パイン缶・発酵乳・さつまいも	精白米・玄米・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・ら・カットわかめ・根深ねぎ・トド・オクラ・オリーブ油・しそゼリー・油揚げ・ごま	精白米・押麦・もずく・豚ひき肉・にんじん・にんにく・きび砂糖・ピーマン・赤ピーマン・ねぎ・豆腐・ブルーン	
おやつ		飲むヨーグルト、ごまごま豆腐パン	EM酪農牛乳、ピーチマフィン(卵除去)	飲むヨーグルト、焼き芋	麦茶、いなり寿司	麦茶、お菓子	
献立		7 チキンピラフ コーンスープ(キャベツ) ブロッコリーの和え物 星型ハンバーグ 七夕ゼリー	8 トマトスパゲティ 豚肉と白菜のスープ きゅうりとみかんの和え物 りんご	9 バス遠足 	10 麦ご飯 みそ汁(カツオ・じゃが芋) 生揚げのそぼろ煮(春雨) きゅうりの中華和え パインアップル	11 スタミナカレー(玄米) しらすのサラダ みそ汁 シーカワサーゼリー	12 中華丼 みそ汁 チーズ
主な食材		精白米・押麦・鶏もも肉・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・にんにく・トマト缶・キャベツ・片栗粉・ブロッコリー・トマト・かつお削り節・七夕ゼリー・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・りんご・精白米・ツナマヨ	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・パイン缶・発酵乳・さつまいも	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・トマトピューレー・チーズ・カレールワ・こまつな・コツ缶・しらす干し・マヨドレ・牛乳・鶏卵・ホットケーキミックス	精白米・押麦・豚かた肉・油・はくさい・にんじん・しいたけ・ピーマン・たまねぎ・ネギ・チーズ	
おやつ		麦茶、冷やしそうめん、星食べよ	麦茶、ツナマヨおにぎり	カルピス、もちもちドーナツ(卵抜き)	飲むヨーグルト・スイートポテト	EM酪農牛乳、ホットケーキ	麦茶、お菓子
献立		14 あわご飯 みそ汁(なす) 肉じゃが きゅうりともやしの和え物 バナナ	15 てくてく 麦ご飯 みどり調整豆乳 鮭の塩麹焼き 赤瓜の煮つけ りんご	16 タコライス みそ汁(小松菜・麩) ポテトサラダ オレンジ	17 麦ご飯 すまし汁(冬瓜・水菜) ごぼうと牛肉のみそ煮 さつまいものゴマ和え チーズ10鉄分入り	18 玄米ご飯 クリームシチュー(チキン) れんこんのゴママヨサラダ スープ バタフライピーゼリー	19 ジューシースープ ブルーン
主な食材		精白米・あわ・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・グリーンピース・きゅうり・りょくどうもやし・かつお削り節・バナナ・発酵乳・玄米フレーク・マッシュマロ	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・豚かたロース・キャノーラ油・オレンジ・発酵乳・薄力粉・豆乳・おきなわちく・にら・まぐろ缶	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・パプリカ粉・レタス・トマト・チーズ・こまつな・車軸・じゃがいも・にんじん・きゅうり・コツ缶・マヨドレ・牛乳・おきなわちく・にら・まぐろ缶	精白米・押麦・とうがん・きょうな・ごぼう・にんじん・牛かたロース・しょうが・きび砂糖・さつまいも・さやいんげん・マヨドレ・ごま・チーズ・発酵乳・きな粉・きび砂糖	精白米・玄米・鶏もも・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・オーブン油・セロリー・牛乳・クリーミー・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	精白米・押麦・豚かた肉・にんじん・刻み昆布・油・ネギ・ブルーン
おやつ		飲むヨーグルト、玄米フレークスナック	飲むヨーグルト、もずく入りひらやちー	しそジュース、誕生日ケーキ	飲むヨーグルト、きな粉ラスク	麦茶、じゃこひじきおにぎり	麦茶、お菓子
献立		21 海の日 	22 麦ご飯 みそ汁(ハム・豆腐) なすの挽き肉炒め ツナ和え(ゴーヤ・人参) りんご	23 麦ご飯 すまし汁(冬瓜・叻麺) 魚フライタルタルソース うんちえー炒め オレンジ	24 麦ご飯 みそ汁(山東菜・豆腐) ポークのアップルソース ブ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スープ カルピスゼリー	26 ジャワライス(豆) スープ チーズ
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・にがうり・まぐろ缶・マヨドレ・りんご・発酵乳・薄力粉・脱脂乳・ベーキングパウダー・牛乳・くすだん・黒砂糖・鶏卵・グラノーラ	精白米・押麦・とうがん・カットわかめ・葉ねぎ・キングリップ・薄力粉・豆乳・パウチ粉・油・鶏卵・ピクリス・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・オレンジ・牛乳・くすだん・黒砂糖・鶏卵・グラノーラ	精白米・押麦・さんとうさい・沖縄豆腐・豚かた・りんご・きび砂糖・キャノーラ油・ブロッコリー・チーズ・かつお削り節・すいか・発酵乳・薄力粉・ベーキングパウダー・牛乳・くすだん	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・トド・ピーマン・キャノーラ油・ハヤシルウ・ウスターソース・モーウイ・きび砂糖・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・カレールワ・コツ缶・グリーンピース・ネギ・チーズ	
おやつ		飲むヨーグルト、シリアルクッキー	EM酪農牛乳、黒糖くずもち	飲むヨーグルト、コーンのお焼き(卵抜)	EM酪農牛乳、じゃこトースト	麦茶、お菓子	
献立		28 納豆ごはん ちむしんじ タマナーチャンプルー バナナ	29 もずく丼 みそ汁(ハム・しめじ) かぼちゃサラダ りんご	30 クッキング あんかけ焼きそば すまし汁(カツオ・豆腐) 粉ふきいも(青のり) オレンジ	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☆	
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・コマなしみニフィッシュ・発酵乳・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・青ビーマン・赤ビーマン・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・発酵乳・薄力粉・ベーキングパウダー・はれんとう・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・青ビーマン・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・オレンジ・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・バナナ	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・豚ひき肉・乾しいたけ・たまねぎ・キャノーラ油・きび砂糖・キャベツ・コツ缶・きゅうり・ごま・チーズ・発酵乳・薄力粉・ベーキングパウダー・鶏卵・油	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。	
おやつ		飲むヨーグルト、米粉のパンナコッタ(ココア)、味付小魚	飲むヨーグルト、スコーン(ほうれん草・チーズ)	EM酪農牛乳、若夏ケーキ	飲むヨーグルト、サーターアンダーギー		

※ 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。

＜アレルゲン食品表示を規定している食品＞

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