

予 定 献 立 表

2022年6月分

月	火	水	木	金	土	
<p>～ 6月は食育月間です～</p> <p>「食育月間」は豊かな人間性を育み、生きる力を身につけることを目標に設けられました。様々な場所で食育活動が行われますが、ご家庭でも食に関する絵本を読むなど、ご子どもたちが食に興味をもつ機会を作っていただけると幸いです。</p>						
		<p>1 麦ご飯 ポークビーンズ(レバー)増し 春雨サラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、ツ缶、ソファール、牛乳、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米、おし麦、油、パン粉、米粉、ごま油、きび砂糖、かつま芋 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、きゅうり、トマト、ワカメ</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 蒸し芋 味付小魚</p>	<p>2 麦ご飯 みそ汁(山東菜、豆腐) もも参観 さばのおろし煮 インゲンのごま和え バナナ</p> <p>【赤】沖縄豆腐、さば、チーズ 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、ごま 【緑】さんとうさい、しょうが、大根、さやいんげん、にんじん、バナナ</p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>3 麦ご飯 みそ汁(冬瓜、油揚げ) 鶏のから揚げ 野菜炒め(もやし、ひじき) りんご</p> <p>【赤】油揚げ、鶏もも、豚肉、牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、油、ホットケーキ 【緑】とうがんとネギ、しょうが、にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、ひじき、りんご</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 キャロットスティック</p>	<p>4 麦ご飯 コーンスープ(キャベツ) なすの挽き肉炒め マカロニサラダ バナナ</p> <p>【赤】豚ひき肉、しらす 【黄】精白米、おし麦、油、スパゲティ麺、マヨドレ(日清) 【緑】コーン、キャベツ、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、きゅうり、干しぶどう、バナナ、えだまめ</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり(しらす)</p>	
<p>6 あわご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ) 肉じゃが モズク酢(みかん) 味付小魚</p> <p>【赤】牛かた肉、ほりほり小魚、牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、きび砂糖、やま芋 【緑】キャベツ、しめじ、ネギ、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、沖繩もずく、きゅうり、みかん</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 人参かるかん</p>	<p>7 麦ご飯 みそ汁(冬瓜、山東菜) 魚ハンバーグ きんぴら風煮(いんげん) バナナ</p> <p>【赤】キングクリップ、鶏ひき肉、豆乳、豚肉、EM牛乳、しらす 【黄】精白米、おし麦、油、パン粉、米粉、ごま油、きび砂糖 【緑】とうがんとさんとうさい、たまねぎ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、バナナ、ニラ、コーン</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チヂミ</p>	<p>8 焼きそば みそ汁(厚揚げ、ねぎ) 土佐和え パインアップル チーズでカルシウム</p> <p>【赤】豚肉、生揚げ、チーズ、ツ缶、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】中華めん、ごま油、精白米、マヨネーズ 【緑】たまねぎ、にんじん、しいたけ、キャベツ、ピーマン、ネギ、きゅうり、パイン、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり 味付小魚</p>	<p>9 ふりかけご飯 みそ汁(チンゲン菜、玉ねぎ) 体操 まぐろカツ(ゴマ) 人参シソ(かつお節) りんご</p> <p>【赤】油揚げ、きはだまぐろ、豆乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、ゴマ(黒)、パン粉、油、ごま油、かつま芋、バター、きび砂糖 【緑】チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、ネギ、りんご</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 キャラメルポテト</p>	<p>10 中華丼 ナムル シークワサーゼリー</p> <p>【赤】豚肉、鶏ささ身、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、ごま油、シークワサーゼリー、食パン 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、ピーマン、ほうれんそう、葉、りょくとうもやし、きゅうり、イチゴ・ジャム</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>11 麦ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 炒りどり オクラの梅和え オレンジ</p> <p>【赤】ゆし豆腐、鶏肉、しらす 【黄】精白米、おし麦、さといも、油、カルゲン 【緑】ネギ、にんじん、ごぼう、たけのこ、しいたけ、さやいんげん、オクラ、梅干し、オレンジ、スイートコーン</p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) コーンおむすび</p>	
<p>13 あわご飯 みそ汁(小松菜、麩) 尿検査提出 生揚げのそぼろ煮(春雨) キュウリとワカメの和え物 ミニゼリー(ブルー)</p> <p>【赤】豚ひき肉、生揚げ、挽きわり納豆 【黄】精白米、あわ精白粒、ふ、油、はるさめ、きび砂糖 【緑】こまつな、にんじん、ピーマン、きゅうり、ワカメ、レモン、ネギ、焼きのり</p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり</p>	<p>14 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、かつま芋) 尿検査提出 鯖のカレー焼 ゴーヤーチャンプルー ぶどう</p> <p>【赤】さば、沖縄豆腐、豚肉、カマボコ 【黄】精白米、おし麦、かつま芋、油、沖繩そば、きび砂糖 【緑】キャベツ、ネギ、にがり、たまねぎ、にんじん、ぶどう、なが昆布</p> <p style="text-align: center;">麦茶 沖縄そば(肉入り)</p>	<p>15 タコライス すまし汁(大根、ワカメ) 煮豆 りんご</p> <p>【赤】牛肉、豚レバー、ピザチーズ、大豆、牛乳、豆腐、きな粉 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、ホットケーキ、油 【緑】梅干し、なが昆布、にんじん、レタス、トマト、大根、ワカメ、ネギ、真昆布、りんご</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 もちもちドーナツ(卵抜き)</p>	<p>16</p> <h2 style="text-align: center;">お弁当会</h2>  <p style="text-align: center;">酪農牛乳 かりんとう パナナ</p>		<p>17 ロールパン ボルシチ 切り干し大根サラダ 飲む野菜と果実</p> <p>【赤】牛肉、豚レバー、クリーム、まぐろ、缶詰水煮ワケル、しろさげ、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】ロールパン、じゃが芋、薄力粉、バター、ごまきび砂糖、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、さやいんげん、大根、切り干し大根、きゅうり、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり 味付小魚</p>	<p>18 麦ご飯 そうめん汁 油みそ からし菜チャンプルー パインアップル</p> <p>【赤】ツ缶、沖縄豆腐、豚肉、牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、そうめん、きび砂糖、油、薄力粉 【緑】しいたけ、ネギ、からし、にんじん、たまねぎ、パイン、ニラ</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 塩昆布おにぎり</p>
<p>20 あわご飯 みそ汁(山東菜、えのき) 高野豆腐と野菜のうま煮 かぼちゃサラダ プルーン</p> <p>【赤】凍り豆腐、豚肉、牛乳、チーズ 【黄】精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、マヨドレ(日清)、強力粉、薄力粉、バター、ゴマ(黒) 【緑】さんとうさい、えのき、キャベツ、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり、プルーン、にんじん・ジュース・缶詰</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チーズスティック</p>	<p>21 麦ご飯 すまし汁(ほうれん草、大根) 鮭のマヨネーズ焼き アスパラソテー さくらんぼ</p> <p>【赤】ペにざげ、豚肉、しらす、油揚げ、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米、おし麦、マヨドレ(日清)、油、きび砂糖、ごま 【緑】ほうれんそう、大根、しめじ、たまねぎ、アスパラガス、たけのこ、にんじん、さくらんぼ</p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 味付小魚</p>	<p>22 梅入り混ぜご飯 ソーキ汁 インゲンのおかか和え メロン</p> <p>【赤】豚肉ソーキ、牛乳 【黄】精白米、おし麦、ごま、かつま芋、油 【緑】梅干し、なが昆布、にんじん、とうがんと、しいたけ、さやいんげん、メロン</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 さつま芋スティック</p>	<p>23</p> <h2 style="text-align: center;">慰霊の日</h2> 		<p>24 カレーライス(白身魚) 誕生 日会 茹でコーン</p> <p>【赤】キングクリップ、豚肉、牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、きび砂糖、かりんとう 【緑】にんじん、たまねぎ、にんにく、ピーマン、モウイ、みかん、スイートコーン、バナナ</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>25 野菜そば 大豆の甘辛炒め りんご</p> <p>【赤】豚肉、カマボコ、大豆、しらす、牛乳 【黄】沖縄そば、油、きび砂糖、精白米、ごま 【緑】にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、りんご、塩昆布、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 塩昆布おにぎり</p>
<p>27 納豆ごはん イナムドチ パパイアイリチー バナナ</p> <p>【赤】納豆、豚肉、カマボコ、まぐろ、缶詰、牛乳、きな粉、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、くずでん粉、黒砂糖 【緑】大根、しいたけ、パイア、にんじん、ニラ、バナナ</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖くずもち 味付小魚</p>	<p>28 あわご飯 避難訓練 魚汁(カシナ) マヨチーズちくわ オクラ入り麩炒め りんご</p> <p>【赤】たい、竹輪、チーズ、脱脂粉乳、クリーム、豚肉、ジョア、豚肉 【黄】精白米、あわ精白粒、マヨドレ(日清)、ふ、油 【緑】からし、パセリ、オクラ、たまねぎ、にんじん、りんご、昆布、ネギ</p> <p style="text-align: center;">ジョア(マスカット) クファジュシーおにぎり</p>	<p>29 ふりかけご飯 みそ汁(へちま、絹ごし) レバーのごまソースあえ 白菜サラダ オレンジ</p> <p>【赤】豆腐、豚レバー、牛乳、まぐろ、缶詰 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、ごま、油、ロールパン、マヨドレ(日清) 【緑】へちま、しめじ、しょうが、はくさい、りんご、きゅうり、にんじん、オレンジ、キャベツ、コーン</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ツナサンド</p>	<p>30 麦ご飯 すまし汁(大根、わかめ、ねぎ) 体操 鯖の味噌煮(玉ネギ) ナムル すいか</p> <p>【赤】さば、鶏ささ身、油揚げ、型抜きチーズ10鉄分 【黄】精白米、おし麦、ごま油、きび砂糖、ごま 【緑】大根、ワカメ、しょうが、たまねぎ、ほうれんそう、りょくとうもやし、にんじん、きゅうり、スイカ</p> <p style="text-align: center;">麦茶 きつねおにぎり チーズ(鉄分入り)</p>		 	

※ 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