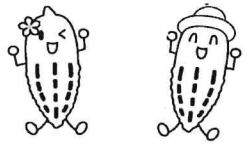
予　定　献　立　表

2020年8月分　　5～6か月

月	火	水	木	金	土
31 つぶしがゆ（10倍）かぼちゃ 豆腐とおろし野菜煮 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】かぼちゃ,にんじん,大根	≪乳児は細菌に対する抵抗力が弱いため、食品の取り扱いや調理の際には注意が必要です！≫ ①菌をつけない（調理の前、生ものに触れたとき、調理中に他の物に触れた時などこまめに手を洗いましょう） ②菌を増やさない（作ったらなるべく早く与え、食べ残しは与えないようにしましょう） ③菌を殺す（食品にしっかり火を通しましょう） 				1 つぶしがゆ（10倍がゆ） 豆腐と小松菜のペースト 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】こまつな,にんじん
3 つぶしがゆ（10倍がゆ） 魚とかぼちゃのトロトロ 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ 【緑】かぼちゃ,ほうれんそう	4 つぶしがゆ（10倍がゆ） 豆腐とおろし人参 【赤】ゆし豆腐 【黄】おもゆ 【緑】にんじん	5 つぶしがゆ（10倍がゆ） 豆腐と野菜のトロトロ 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】にんじん,ブロッコリー,たまねぎ	6 つぶしがゆ（10倍がゆ） 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ 【緑】こまつな,にんじん	7 つぶしがゆ（10倍がゆ） 大根と魚のすり流し汁 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ 【緑】大根	8 つぶしがゆ（10倍がゆ） 豆腐と野菜のトロトロ 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】はくさい-生,にんじん,たまねぎ
10 振替休日 	11 つぶしがゆ（10倍がゆ） 豆腐の野菜煮 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】たまねぎ,にんじん,ｺｰﾝ	12 つぶしがゆ（10倍がゆ） 魚と野菜トロトロ煮 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ 【緑】キャベツ,にんじん	13 つぶしがゆ（10倍がゆ）芋 麩の野菜煮 【赤】 【黄】おもゆ,さつま芋,ふ 【緑】キャベツ,にんじん	14 つぶしがゆ（10倍がゆ）青菜 豆腐のかぼちゃ煮 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】こまつな,かぼちゃ	15 つぶしがゆ（10倍がゆ） 魚と人参のすり流し汁 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ 【緑】にんじん
17 つぶしがゆ（10倍がゆ） 豆腐と野菜のトロトロ 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】にんじん,キャベツ	18 つぶしがゆ（10倍がゆ） しらすのじゃが芋煮 【赤】しらす 【黄】おもゆ,じゃが芋 【緑】にんじん	19 弁当会 	20 つぶしがゆ（10倍がゆ） 魚のすり流し汁 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ 【緑】とうがん	21 つぶしがゆ（10倍がゆ） 魚と野菜の柔らか煮 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ	22 つぶしがゆ（10倍がゆ） 豆腐と野菜のトロトロ 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】こまつな,にんじん
24 つぶしがゆ（10倍がゆ） 豆腐と野菜のトロトロ 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】大根,にんじん	25 つぶしがゆ（10倍）ﾄﾏﾄ 魚の野菜煮 誕生会 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ 【緑】ﾄﾏﾄ,たまねぎ,かぼちゃ	26 つぶしがゆ（10倍がゆ） 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ 【緑】キャベツ,にんじん	27 つぶしがゆ（10倍がゆ） 人参のペースト 豆腐の裏ごし 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】にんじん	28 つぶしがゆ（10倍がゆ） 魚のトマト煮 【赤】キングクリップ 【黄】おもゆ,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん,ﾄﾏﾄ	29 つぶしがゆ（10倍がゆ） 豆腐と小松菜のペースト 【赤】豆腐 【黄】おもゆ 【緑】こまつな,にんじん

※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≫

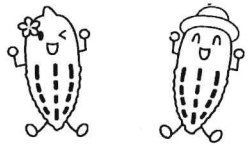
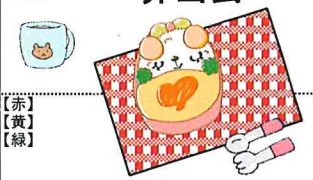
卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・キウイ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・ごま・カシューナッツ・アーモンド

★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≫

予　定　献　立　表

2020年8月分　　7～8か月

月	火	水	木	金	土
31 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁 納豆の野菜煮 【赤】納豆,調製粉乳 【黄】全かゆ,食パン 【緑】大根,キャベツ,にんじん ミルクがゆ	≪乳児は細菌に対する抵抗力が弱いため、食品の取り扱いや調理の際には注意が必要です！≫ ①菌をつけない(調理の前、生ものに触れたとき、調理中に他の物に触れた時などこまめに手を洗いましょう) ②菌を増やさない(作ったらなるべく早く与え、食べ残しは与えないようにしましょう)				1 全がゆ(7倍がゆ) 野菜のミルク煮 バナナ 【赤】豆腐,鶏卵・卵黄 【黄】全かゆ,胚芽米 【緑】ナス,にんじん,ワカメ,オレンジ,バナナ きなこがゆ
3 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁(かぼちゃ) 魚と野菜の煮物 オレンジ(煮) 【赤】キングクリップ,調製粉乳 【黄】全かゆ 【緑】かぼちゃ,ほうれんそう,にんじん,オレンジ おじや(かぼちゃ)	4 全がゆ(7倍がゆ) ゆし豆腐 しらすのもみじ煮 【赤】ゆし豆腐,しらす,きなこ 【黄】全かゆ,そうめん 【緑】にんじん,さやいんげん きなこがゆ	5 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 豆腐の野菜煮 【赤】豆腐,魚 【黄】全かゆ 【緑】ブロッコリー,たまねぎ,にんじん ぞうすい(魚)	6 全がゆ(7倍がゆ) すまし汁(オクラ) 野菜の煮物 【赤】魚,グリーンピース 【黄】全かゆ,精白米,バター 【緑】こまつな,にんじん,オクラ,たまねぎ,コーン,オレンジ マッシュポテト	7 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁(大根) 高野豆腐と野菜のうま煮 【赤】凍り豆腐,調製粉乳,キングクリップ 【黄】全かゆ,食パン 【緑】大根,キャベツ,にんじん,たまねぎ パンがゆ　野菜スープ	8 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 豆腐と野菜の煮物 【赤】豆腐,調製粉乳 【黄】全かゆ 【緑】はくさい,にんじん,たまねぎ,バナナ バナナ
10 振替休日  【赤】鶏・ささ身,豆腐,しらす,チーズ 【黄】全かゆ,精白米 【緑】たまねぎ,にんじん,コーン,さやいんげん,バナナ リゾット(コーン,チーズ)	11 全がゆ(7倍がゆ) ささみの野菜煮 すまし汁 バナナ(煮) 【赤】鶏・ささ身,豆腐,しらす,チーズ 【黄】全かゆ,精白米 【緑】たまねぎ,にんじん,コーン,さやいんげん,バナナ リゾット(コーン,チーズ)	12 全がゆ(7倍がゆ) そうめん汁 魚と野菜の煮物 すいか(煮) 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ,そうめん,精白米 【緑】キャベツ,にんじん,ピーマン,スイカ マッシュポテト	13 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁(キャベツ) ササミとさつま芋のだし煮 【赤】鶏ささ身,しらす 【黄】全かゆ,さつま芋,精白米,パン 【緑】キャベツ,にんじん,たまねぎ パンがゆ	14 全がゆ(7倍がゆ)青菜 かぼちゃと鶏ミンチのシチュー 【赤】鶏ひき肉,調製粉乳,しらす 【黄】全かゆ,バター,精白米 【緑】こまつな,かぼちゃ,にんじん,たまねぎ,さやいんげん しらすがゆ	15 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁(チンゲン菜,麩) 鶏そぼろ煮 【赤】鶏ひき肉 【黄】全かゆ,ふ,さといも 【緑】チンゲンサイ,にんじん 野菜スープ
17 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁(キャベツ) 鶏肉と野菜そぼろ煮 【赤】鶏ひき肉,調製粉乳 【黄】全かゆ 【緑】キャベツ,たまねぎ,にんじん,さやいんげん おじや(鶏ミンチ)	18 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁(カラシナ) 魚と人参のマッシュ すいか(煮) 【赤】キングクリップ,鶏ひき肉 【黄】全かゆ,じゃが芋,精白米 【緑】からしな,にんじん,スイカ おじや(鶏ミンチ)	19 弁当会  【赤】 【黄】 【緑】 ソフトせんべい	20 三色がゆ みそ汁(冬瓜) ぶどう(煮) 【赤】鶏ひき肉,鶏卵・卵黄,ヨーグルト,きな粉 【黄】全かゆ,食パン 【緑】ほうれんそう・葉,とうがん,ぶどう パンがゆ	21 全がゆ(7倍がゆ) 魚と野菜の柔らか煮 バナナ(煮) 【赤】キングクリップ,しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,バナナ,ヘチマ,トマト,コーン じゃがいもマッシュ　ソフトせんべい	22 全がゆ(7倍がゆ) 豆腐と野菜の煮物 【赤】豆腐,鶏ひき肉 【黄】全かゆ,胚芽米 【緑】こまつな,にんじん,りんご ソフトせんべい
24 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー マーボー豆腐 紅白煮 メロン(煮) 【赤】沖縄豆腐,鶏卵・卵黄,しらす 【黄】全かゆ,さつま芋 【緑】にんじん,たまねぎ,ヘチマ,大根,メロン おじや(しらす)	25 誕生会 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁(小松菜) 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ,しらす 【黄】全かゆ 【緑】こまつな,たまねぎ,オクラ,トマト ミルクがゆ	26 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁(ヘチマ,豆腐) 魚の野菜煮 【赤】沖縄豆腐,キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】ヘチマ,キャベツ,にんじん 煮込みうどん	27 全がゆ(7倍がゆ) みそ汁(チンゲン菜) 豆腐の野菜そぼろあん 【赤】豆腐 【黄】全かゆ,精白米 【緑】たまねぎ,にんじん,きゅうり みそおじや	28 全がゆ(7倍がゆ) 魚と野菜のトマト煮込み バナナヨーグルト 【赤】キングクリップ,調製粉乳 【黄】全かゆ,じゃが芋,やま芋 【緑】たまねぎ,にんじん,トマト,バナナ やま芋	29 全がゆ(7倍がゆ) すまし汁(青菜) 鶏ミンチの野菜煮 【赤】鶏ひき肉 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】こまつな,たまねぎ,にんじん,コーン バナナ

※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≫

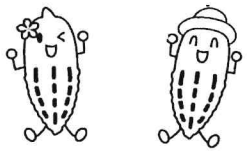
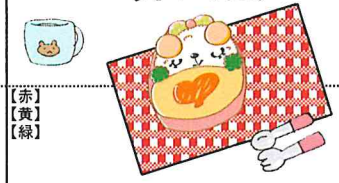
卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・キウイ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・ごま・カシューナッツ・アーモンド

★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≫

予　定　献　立　表

2020年8月分　　9～11か月

月	火	水	木	金	土
31 全がゆ(5倍)～軟飯(納豆) みそ汁 野菜チャンプルー 【赤】納豆,沖縄豆腐,豚ひき肉 【黄】全かゆ, 【緑】大根,ひじき,にんじん,さやいんげん,キャベツ, ミルクがゆ	≪乳児は細菌に対する抵抗力が弱いため、食品の取り扱いや調理の際には注意が必要です！≫ ①菌をつけない(調理の前、生ものに触れたとき、調理中に他の物に触れた時などこまめに手を洗いましょう) ②菌を増やさない(作ったらなるべく早く与え、食べ残しは与えないようにしましょう) ③菌を殺す(食品にしっかり火を通しましょう)				1 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 なすの味噌汁 マーボー豆腐 【赤】豆腐,豚ひき肉,鶏卵 【黄】全かゆ,砂糖,ごま油,胚芽米,マカロニ 【緑】ナス,ワカメ,ネギ,たまねぎ,にんじん,ピーマン,黄ピーマン一生,オレンジ マカロニきなこ
3 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯(魚) みそ汁(かぼちゃ) オレンジ(煮) 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ,バター 【緑】にんじん,ほうれんそう,かぼちゃ,ネギ,オレンジ おじや(かぼちゃ)	4 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ゆし豆腐(ねぎ) 切り干し大根煮 いんげんのおひたし 【赤】ゆし豆腐,豚ひき肉,きなこ 【黄】全かゆ 【緑】ネギ,大根・切り干し大根,にんじん,さやいんげん きなこがゆ	5 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜) そぼろ煮 【赤】豚ひき肉,魚 【黄】全かゆ 【緑】チンゲンサイ,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー ぞうすい(魚)	6 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(オクラ) 煮魚 麩炒め煮 【赤】しろさけ,鶏肉,グリーンピース 【黄】全かゆ,ふ,精白米,バター 【緑】こまつな,にんじん,たまねぎ,コーン マッシュポテト	7 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 野菜のミルク煮 バナナ 【赤】豚・もも,鶏卵,牛乳,キングクリップ 【黄】全かゆ,三温糖,ごま,パン,バター 【緑】ネギ,キャベツ,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,バナナ パン	8 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(豆腐) 八宝菜 【赤】沖縄豆腐,豚肉 【黄】全かゆ 【緑】はくさい,にんじん,たまねぎ,ピーマン,バナナ バナナ
10 振替休日 	11 スパゲティミートソース アーサ汁 コールスローサラダ バナナ(煮) 【赤】豚ひき肉,豚レバー,チーズ,豆腐,しらす,チーズ 【黄】スパゲティ麺,精白米 【緑】にんじん,たまねぎ,あおさ,コーン,バナナ リゾット(コーン,チーズ)	12 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 そうめん汁 野菜と肉そぼろ ツナサラダ(煮) すいか(煮) 【赤】 【黄】全かゆ,そうめん,三温糖,精白米 【緑】キャベツ,にんじん,りょくとうもやし,ピーマン,スイカ マッシュポテト	13 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ) ササミとさつま芋のだし煮 プチトマト 【赤】鶏ささ身 【黄】全かゆ,さつま芋,精白米,パン 【緑】キャベツ,にんじん,たまねぎ,トマト パン	14 ロールパン(ディナロール) かぼちゃと豆のシチュー 小松菜とコーンの和え物 【赤】鶏・むね,大豆,牛乳,しらす 【黄】ロールパン,バター,砂糖,精白米,三温糖 【緑】かぼちゃ,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,こまつな,コーン,にんじん,ひじき じゃこひじきおにぎり	15 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜,麩) 鶏そぼろ煮 【赤】鶏ひき肉 【黄】全かゆ,ふ,さといも,そうめん 【緑】チンゲンサイ,にんじん,さやいんげん 野菜スープ
17 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ) 炒り豆腐 もーういの和え物 【赤】沖縄豆腐,鶏ひき肉,鶏卵,調製粉乳 【黄】全かゆ,三温糖,砂糖 【緑】キャベツ,にんじん,たまねぎ,モウイ,みかん ジャワライス(軟)	18 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(カラシナジャガイモ) 魚のムニエル 人参シリシリ(かつお節) すいか(煮) 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ,じゃが芋,バター,ごま油,精白米 【緑】からしな,にんじん,ニラ,スイカ おじや(魚)	19 弁当会  【赤】 【黄】 【緑】 ソフトせんべい	20 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 三色丼(鶏ひき肉) みそ汁(冬瓜,ワカメ) きゅうりともやしのおひたし ぶどう(煮) 【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,鶏卵,きな粉 【黄】全かゆ,三温糖,パン 【緑】ほうれんそう,とうがん,ワカメ,ネギ,きゅうり,りょくとうもやし,ぶどう パン	21 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 豚肉と根菜のミルク煮 バナナ(煮) 【赤】豚肉,鶏レバー,調製粉乳,しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋,バター 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,バナナ,えだまめ,ヘチマ,トマト,コーン,枝豆 枝豆　ソフトせんべい	22 煮込み沖縄そば 小松菜のおひたし 【赤】キングクリップ 【黄】沖縄そば一生,砂糖,胚芽米 【緑】にんじん,ネギ,こまつな ソフトせんべい
24 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 かちゅーゆー マーボー豆腐(ヘチマ) 野菜スティック メロン(煮) 【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,鶏卵,しらす 【黄】全かゆ,砂糖,ごま油 【緑】にんじん,たまねぎ,しょうが,ヘチマ,大根,メロン おじや(しらす)	25 誕生会 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜) 魚のバター煮 きゅうり和え(オクラ) 【赤】キングクリップ,しらす 【黄】全かゆ,バター 【緑】こまつな,たまねぎ,きゅうり,オクラ ミルクがゆ	26 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(ヘチマ,豆腐) 鯖ほぐし キャベツのおひたし 【赤】沖縄豆腐,さば 【黄】全かゆ,砂糖,バター 【緑】ヘチマ,キャベツ,きゅうり,にんじん 煮込みうどん	27 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜) 豆腐の野菜そぼろあんかけ スティックキュウリ 【赤】沖縄豆腐 【黄】全かゆ,精白米 【緑】にんじん,たまねぎ,ニガウリ,きゅうり みそおじや	28 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ハヤシライス フルーツサラダ 【赤】牛肉,鶏レバー,ヨーグルト 【黄】全かゆ,じゃが芋,バター,やき芋 【緑】たまねぎ,にんじん,トマト,ピーマン,みかん,バナナ やき芋	29 チキンピラフ(軟) すまし汁(青菜) ポテトサラダ 【赤】鶏ひき肉,豆腐 【黄】精白米,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん,ピーマン,こまつな,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ バナナ

※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≫

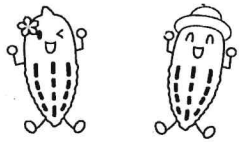
卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・キウイ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・ごま・カシューナッツ・アーモンド

★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≫

予　定　献　立　表

2020年8月分

月	火	水	木	金	土
31 納豆ごはん イナムドチ 野菜チャンプルー パイン缶 【赤】納豆,豚肉,ｶﾏﾎﾞｺ,沖縄豆腐,保育乳 【黄】精白米,おし麦,こんにゃく 【緑】大根,しいたけ,ひじき,にんじん,さやいんげん,キャベツ,パインアップル・缶,かぼちゃ 保育乳　シリアルクッキー	厳しい暑さが続いています。 夏バテしないように、睡眠を しっかりとって、朝食は必ず とって登園しましょう。				1 ごはん みそ汁（なす） チンジャオロース 茹で卵 オレンジ 【赤】豚肉,鶏卵,保育乳,きな粉 【黄】精白米,砂糖,ごま油,スパゲティ麺,黒砂糖 【緑】ﾅｽ,ﾜｶﾒ,ﾈｷﾞ,しょうが,たまねぎ,たけのこ,ﾋﾟｰﾏﾝ,赤ピーマン,黄ピーマン,オレンジ 保育乳　マカロニきな粉
3 ビビンバ風ごはん みそ汁(かぼちゃ) 茹でコーン ミニゼリー 【赤】豚肉 【黄】精白米,おし麦,ごま油,三温糖,ごま 【緑】にんにく,しょうが,たけのこ,しいたけ,にんじん,りょくとうもやし,ほうれんそう,かぼちゃ,ﾈｷﾞ,ｽｲｰﾄｺｰﾝ,オレンジ 麦茶　ツナマヨおにぎり	4 納豆ごはん ゆし豆腐 切り干し大根炒め いんげんのおかか和え パインアップル 【赤】豚ひき肉,ゆし豆腐,豚肉,ｶﾏﾎﾞｺ,保育乳 【黄】精白米,おし麦,三温糖,こんにゃく,砂糖,くずかん,てん粉 【緑】ﾈｷﾞ,大根・切り干し大根,にんじん,しいたけ,さやいんげん,ﾊﾟｲﾝ 保育乳　黒糖くずもち	5 麦ごはん みそ汁(チンゲン菜,しめじ) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ) プルーン 【赤】鶏・もも,豚ひき肉,しろさけ 【黄】精白米,おし麦,はちみつ,メイグルト 【緑】チンゲンサイ,しめじ,にんにく,にんじん,たまねぎ,ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,ﾌﾟﾙｰﾝ,味付けのり メイグルト　鮭おにぎり	6 あわごはん すまし汁(オクラ,ｼﾒｼﾞ) 鮭のごま味噌焼き 麩炒め オレンジ 【赤】しろさけ,豚肉,牛乳,鶏肉,グリーンピース 【黄】精白米,ごま,砂糖,ごま油,ふ,バター 【緑】こまつな,しめじ,オクラ,にんじん,オレンジ,たまねぎ,ｺｰﾝ 牛乳　ヒラヤーチー	7 玄米ごはん ベジタブルカレー スティックきゅうり バナナ 【赤】豚・もも,保育乳,鶏卵,保育乳 【黄】精白米,おし麦,三温糖,さつま芋,ごま,パン,バター 【緑】大根,ﾜｶﾒ,ﾈｷﾞ,キャベツ,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,きゅうり,バナナ 保育乳　クリームパン	8 中華丼 みそ汁(豆腐) スパゲティサラダ オレンジ 【赤】沖縄豆腐,豚肉,大豆,しらす,保育乳 【黄】スパゲティ麺,三温糖,はちみつ,バター 【緑】きょうな,はくさい,にんじん,たまねぎ,しいたけ,たけのこ,ﾋﾟｰﾏﾝ,バナナ 保育乳　バナナケーキ（ｺｺｱ）
10 山の日 	11 スパゲティーミートソース アーサ汁 コールスローサラダ バナナ 【赤】豚ひき肉,豚レバー,ﾁｰｽﾞ,豆腐,豚肉 【黄】スパゲティ麺,バター,精白米,おし麦,ごま 【緑】にんじん,たまねぎ,しいたけ,あおさ,ｺｰﾝ,ﾊﾞﾅﾅ,塩昆布,味付けのり 麦茶　塩昆布おにぎり　チーズで鉄	12 玄米ごはん そうめん汁 ゴーヤーバーグ ツナサラダ すいか 【赤】ゴーヤー,豚肉,牛乳,しらす,ツナ・缶 【黄】精白米,そうめん,三温糖,ごま,玄米,黒糖 【緑】しいたけ,ネギ,キャベツ,にんじん,りょくとうもやし,ピーマン,スイカ 牛乳　黒糖てんぷら	13 麦ごはん みそ汁（ｷｬﾍﾞﾂ,さつま芋） チキンのケチャップ煮 ひじき炒め プチトマト 【赤】鶏・手羽,大豆,油揚げ,保育乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,ごま,食パン 【緑】キャベツ,たまねぎ,ひじき,にんじん,さやいんげん,ﾄﾏﾄ 保育乳　ピザトースト	14 ロールパン かぼちゃと豆のシチュー 小松菜とコーンの和え物 バナナ 【赤】鶏・むね,大豆,牛乳,クリーム,しらす 【黄】ロールパン,バター,砂糖,精白米,おし麦,ごま,三温糖 【緑】かぼちゃ,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,ごまつな,ｺｰﾝ,ﾊﾞﾅﾅ,にんじん,ひじき 麦茶　じゃこひじきおにぎり	15 麦ごはん みそ汁(チンゲン菜,麩) 炒りどり おくらのおかか和え りんご 【赤】鶏肉,保育乳,豚肉 【黄】精白米,おし麦,ふ,さといも,ビーフン,ごま油,三温糖 【緑】チンゲンサイ,にんじん,ごぼう,たけのこ,しいたけ,さやいんげん,オクラ,りんご,たまねぎ,ﾆﾗ 保育乳　チャプチェ
17 黒米ごはん みそ汁（キャベツ,油あげ） 炒り豆腐 も一ういの和え物 チーズで鉄 【赤】油揚げ,沖縄豆腐,鶏ひき肉,鶏卵,麦茶 【黄】精白米,こんにゃく,三温糖,砂糖,やま芋,黒米 【緑】キャベツ,しいたけ,にんじん,たまねぎ,モウイ,みかん 麦茶　ジャワライスおにぎり	18 あわごはん みそ汁(ｶﾗｼﾅｼﾞｬｶﾞｲﾓ) 魚てんぷら パパイヤイリチー すいか 【赤】キングクリップ,豚肉,保育乳 【黄】精白米,じゃが芋,強力粉,黒砂糖 【緑】からしな,ﾊﾟﾊﾟｲｱ,にんじん,ﾆﾗ,ｽｲｶ,干しぶどう 保育乳　黒糖カステラ	19 弁当会 【赤】アイスクリーム 【黄】塩せんべい 【緑】 アイスクリーム　塩せんべい	20 玄米ごはん 三色そぼろ（鶏ひき肉） みそ汁(冬瓜,ﾜｶﾒ) きゅうりともやしの和え物 ぶどう 【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,鶏卵,牛乳 【黄】精白米,黒米,三温糖,パン 【緑】ほうれんそう,とうがん,ﾜｶﾒ,ﾈｷﾞ,きゅうり,りょくとうもやし,ぶどう 牛乳　チョコパン	21 麦ごはん ポークカレー へちまサラダ バナナ 【赤】豚肉,鶏レバー,まぐろ・缶詰,アイスクリーム,保育乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,ｵﾘｰﾌﾞ油,砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,ﾍﾁﾏ,ｺｰﾝ,ﾄﾏﾄ,レモン,ﾊﾞﾅﾅ,えだまめ 保育乳　せんべい　枝豆	22 沖縄そば 小松菜としめじのゴマ和え りんご 【赤】豚肉,ｶﾏﾎﾞｺ 【黄】沖縄そば,砂糖,ごま,精白米,おし麦 【緑】なが昆布,にんじん,ﾈｷﾞ,こまつな,しめじ,りんご ビスコ　ミニゼリー
24 黒米ごはん すまし汁(ｼﾒｼﾞみつば) マーボーへちま なます メロン 【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,EM牛乳,鶏卵,牛乳 【黄】精白米,黒米,砂糖,ごま油,三温糖,はちみつ,さつま芋 【緑】しめじ,えのき,ﾐﾂﾊﾞ,にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,ﾍﾁﾏ,ﾆﾗ,大根,メロン,梅,しそ 麦茶　梅しそおにぎり	25 麦ごはん みそ汁(かぼちゃ,小松菜) 誕生会 魚フライタルタルソース きゅうり和え（オクラ） プリン 【赤】キングクリップ,鶏卵,保育乳 【黄】精白米,おし麦 【緑】かぼちゃ,こまつな,ピクルス,たまねぎ,きゅうり,オクラ 保育乳　誕生ケーキ	26 玄米ごはん みそ汁(ﾍﾁﾏ,豆腐) 鯖の竜田揚げ キャベツの塩昆布和え りんご 【赤】沖縄豆腐,さば,みどり調整豆乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,三温糖,玄米,うどん 【緑】ﾍﾁﾏ,キャベツ,きゅうり,塩昆布,りんご,にんじん 冷やしうどん	27 ごはん（ふりかけ） みそ汁（チンゲン菜,鶏肉） ゴーヤーチャンプルー もずく酢（みかん） チーズで鉄 【赤】鶏・もも,沖縄豆腐,豚肉,ﾂﾅ缶 【黄】精白米,砂糖,三温糖 【緑】チンゲンサイ,しめじ,たまねぎ,にんじん,ﾆｶﾞｳﾘ,沖縄もずく,きゅうり,みかん,味付けのり 麦茶　みそおにぎり	28 麦ごはん ハヤシライス フルーツサラダ 【赤】牛肉,鶏レバー,ﾖｰｸﾞﾙﾄ,保育乳 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん,ﾄﾏﾄ,ﾋﾟｰﾏﾝ,みかん,ﾊﾞﾅﾅ,干しぶどう 保育乳　焼き芋　クラッカー	29 チキンピラフ すまし汁(青菜,えのき) ポテトサラダ プルーン 【赤】鶏・もも,保育乳,豆腐,きな粉 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,白玉粉,三温糖 【緑】たまねぎ,にんじん,ﾋﾟｰﾏﾝ,にんにく,こまつな,えのき,にんじん,きゅうり,ｺｰﾝ,ﾌﾟﾙｰﾝ 保育乳　バナナクッキー

※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