

予 定 献 立 表

2023年6月分

5～6か月

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。様々な場所で食育に関する行事が行われますが、ぜひご家庭でも食に関する絵本を読んだり、家族で食事を楽しむことで「食べる事は楽しい」ことを伝えていただけたら幸いです。</p>					
			1	2	3
			全がゆ(10倍がゆ) 魚のもみじ煮	全がゆ(10倍がゆ) 魚のトマト煮 白菜のすりつぶし	全がゆ(10倍がゆ) 豆腐と野菜煮
			【赤】しらす, キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】だいこん, にんじん	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】トマト, たまねぎ, はくさい, きゅうり, にんじん	【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】はくさい, にんじん
5	6	7	8	9	10
全がゆ(10倍がゆ) 麩のトトロ 豆腐の裏ごし さつまいものペースト	全がゆ(10倍がゆ) 野菜のトトロ	全がゆ(10倍がゆ) 野菜煮	全がゆ(10倍がゆ)コマツナ 魚のおろし煮 人参のペースト	全がゆ(10倍がゆ) しらすの野菜煮	全がゆ(10倍がゆ) 野菜のトトロ
【赤】豆腐 【黄】全かゆ, ふ, さつまいも 【緑】こまつな	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】キャベツ, にんじん	【赤】 【黄】全かゆ 【緑】キャベツ, にんじん, たまねぎ	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】こまつな, 大根, にんじん	【赤】しらす 【黄】全かゆ, じゃがいも 【緑】たまねぎ, にんじん	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ, にんじん
12	<p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">弁 当 会</p>		14	15	16
全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の裏ごし 根菜のやわらか煮			全がゆ(10倍がゆ) 豆腐と野菜のくず煮 かぼちゃペースト	全がゆ(10倍がゆ) 魚と野菜煮 麩と人参のトトロ	全がゆ(10倍がゆ) シラスの野菜煮
【赤】豆腐 【黄】全かゆ, じゃが芋 【緑】たまねぎ, にんじん	【赤】 【黄】 【緑】		【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】にんじん, かぼちゃ	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ, ふ 【緑】たまねぎ, にんじん	【赤】しらす 【黄】全かゆ, じゃが芋 【緑】にんじん, たまねぎ
19	20	21	22	23	24
全がゆ(10倍がゆ) かちゆーゆー 豆腐の野菜煮	全がゆ(10倍がゆ) 誕生 冬瓜のすり流し 豆腐と野菜のペースト	全がゆ(10倍がゆ) 魚のもみじ煮	全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の野菜煮	<p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold; text-align: center;">慰 霊 の 日</p> 	全がゆ(10倍がゆ) 魚の野菜煮
【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】こまつな, キャベツ, にんじん	【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】とうがん, キャベツ, にんじん	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん	【赤】豆腐 【黄】全かゆ, じゃが芋 【緑】たまねぎ, にんじん, こまつな	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】キャベツ, にんじん	
26	27	28	29	30	
全がゆ(10倍がゆ)シラス 豆腐と野菜のくず煮	全がゆ(10倍がゆ) 魚のもみじ煮	全がゆ(10倍がゆ) 魚と冬瓜のくず煮	全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の2色あえ	全がゆ(10倍がゆ) 白身魚と人参のトトロ 冬瓜のすり流し	
【赤】しらす, 豆腐 【黄】全かゆ 【緑】にんじん, たまねぎ, 大根	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】とうがん, にんじん	【赤】沖縄豆腐 【黄】全かゆ 【緑】ほうれんそう, にんじん	【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん, とうがん	

※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▶

予 定 献 立 表

2023年6月分

7～8か月

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。様々な場所で食育に関する行事が行われますが、ぜひご家庭でも食に関する絵本を読んだり、家族で食事を楽しむことで「食べる事は楽しい」ことを伝えていただけたらと思います。</p>						
			<p>1 全がゆ(7倍がゆ) すまし汁(大根) 魚と野菜の煮つけ</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、うどん 【緑】大根、たまねぎ、にんじん、キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">煮込みうどん</p>	<p>2 全がゆ(7倍がゆ) 魚のトマト煮 野菜のトトロ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】トマト、はくさい、きゅうり、にんじん、たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(シラス)</p>	<p>3 全がゆ(7倍がゆ) 豆腐と野菜煮</p> <p><small>【赤】豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】はくさい、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>	
<p>5 全がゆ(7倍がゆ) スープ(小松菜、麩) マーボー豆腐(なす) さつまいもの含め煮</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏ひき肉、調製粉乳、きな粉 【黄】全かゆ、ふ、さつま芋 【緑】にまつな、ナス、たまねぎ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">ミルク粥</p>	<p>6 全がゆ(7倍がゆ) スープ(チンゲン菜) 魚の野菜煮</p> <p><small>【赤】豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、オートミール 【緑】チンゲンサイ、キャベツ、人参</small></p> <p style="text-align: center;">オートミールがゆ</p>	<p>7 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 魚の野菜煮</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ、精白米 【緑】キャベツ、にんじん、たまねぎ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">にんじんがゆ</p>	<p>8 全がゆ(7倍がゆ)コマツナ 魚のおろし煮 人参のペースト</p> <p><small>【赤】キングクリップ、調製粉乳、きな粉 【黄】全かゆ、食パン 【緑】にまつな、大根、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">パンがゆ(きな粉)</p>	<p>9 全がゆ(7倍がゆ) 豆腐の野菜煮</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい</p>	<p>10 全がゆ(7倍がゆ) 豆腐の野菜煮</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、鶏ひき肉、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】さんとうさい、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>	
<p>12 全がゆ(7倍がゆ) スープ(キャベツ) ささみと根菜のやわらか煮</p> <p><small>【赤】若鶏・ささ身 【黄】全かゆ、じゃが芋、精白米 【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">全がゆ(人参)</p>	<p>13 弁当会</p>		<p>14 全がゆ(7倍がゆ) ゆし豆腐 かぼちゃ含め煮</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、しらす 【黄】全かゆ 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;">しらすがゆ</p>	<p>15 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 豆腐の野菜煮</p> <p><small>【赤】木綿豆腐、鶏ひき肉 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p>	<p>16 全がゆ(7倍がゆ) シラスの野菜煮 バナナ</p> <p><small>【赤】しらす若鶏・ささ身 【黄】全かゆ、じゃが芋、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">全がゆ(ささ身)</p>	<p>17 全がゆ(7倍がゆ)シラス スープ(白菜) 麩と野菜煮</p> <p><small>【赤】しらす 【黄】全かゆ、ふ、精白米 【緑】はくさい、キャベツ、にんじん、たまねぎ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>
<p>19 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 豆腐の野菜煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にまつな、キャベツ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい(キング)</p>	<p>20 全がゆ(7倍がゆ) すまし汁(冬瓜) 誕生 日 会 ささ身の野菜煮</p> <p><small>【赤】若鶏・ささ身、調整粉乳 【黄】全かゆ、さつま芋 【緑】とうがん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">ミルクがゆ</p>	<p>21 全がゆ(7倍がゆ) スープ(チンゲン菜) 豆腐の野菜煮</p> <p><small>【赤】豆腐、調製粉乳、きな粉 【黄】全かゆ、食パン 【緑】チンゲンサイ、ブロッコリー、トマト、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">パンがゆ</p>	<p>22 全がゆ(7倍がゆ) スープ(小松菜) 鶏ミンチの野菜煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】たまねぎ、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい(キング)</p>	<p>23 慰霊の日</p> 		<p>24 全がゆ(7倍がゆ) 魚の野菜煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】キャベツ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>
<p>26 全がゆ(7倍がゆ)シラス スープ(大根) 豆腐の野菜あん</p> <p><small>【赤】しらす、沖縄豆腐、チーズ、調製粉乳 【黄】全かゆ 【緑】大根、からしな、にんじん、たまねぎ、キャベツ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">全がゆ(キャベツ)</p>	<p>27 全がゆ(7倍がゆ) スープ(白菜、トマト) 魚のもみじ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】はくさい、生、トマト、にんじん、にまつな、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">ボロボロジュシー</p>	<p>28 全がゆ(7倍がゆ) 魚と冬瓜の煮物</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ 【緑】とうがん、にんじん、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">全がゆ(人参・シラス・コーン)</p>	<p>29 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー マーボー豆腐</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏ひき肉、調製粉乳、チーズ 【黄】全かゆ、食パン 【緑】たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">パンがゆ</p>	<p>30 全がゆ(7倍がゆ) 魚のミルク煮 冬瓜のスープ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、調製粉乳、しらす 【黄】全かゆ、じゃが芋、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、とうがん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい(シラス)</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・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・黒糖は乳児ポ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

2023年6月分

9～11か月

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。様々な場所で食育に関する行事が行われますが、ご家庭でも食に関する絵本を読んだり、親子で料理を楽しんだり、こどもたちが食に興味をもつ機会を作っていただくと幸いです。</p>					
			1	2	3
			全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(大根,ワカメ) 魚の煮つけ 人参シソ(シラス)	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ボルシチ 白菜のおひたし	中華丼 みそ汁(絹ごし,ねぎ) スティックキュウリ
			<small>【赤】しらす,キングクリップ 【黄】全かゆ,バター,油,うどん 【緑】大根,ワカメ,ネギ,たまねぎ,にんじん,キャベツ,バナナ</small>	<small>【赤】牛・ひき肉,豚レバー,しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋,油,薄力粉,バター,精白米 【緑】にんじん,たまねぎ,さやいんげん,はくさい,きゅうり</small>	<small>【赤】豚ひき肉,豆腐,キングクリップ 【黄】全かゆ,油,きび砂糖,そうめん 【緑】はくさい,にんじん,ピーマン,ネギ,きゅうり,オレンジ</small>
			煮込みうどん	おじや(シラス)	ソフトせんべい
5	6	7	8	9	10
全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜,麩) なすの挽き肉炒め煮 さつまいもの甘辛煮	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜) 野菜炒め煮 コールスローサラダ	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ,じゃが芋) 豆腐のあんかけ スティックキュウリ	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜) 魚のおろし煮 いんげんソテー(煮)	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜) 大根の煮物 にんじんスティック	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ポークビーンズ(レバー) スティック野菜
<small>【赤】豚ひき肉,調整粉乳,きな粉 【黄】全かゆ,ふ,油,さつま芋 【緑】こまつな,ナシ,にんじん,たまねぎ,さやいんげん</small>	<small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ,油,オートミール 【緑】チンゲンサイ,キャベツ,ピーマン,コン,バナナ,にんじん</small>	<small>【赤】木綿豆腐,鶏ひき肉,ヨーグルト,きな粉 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】キャベツ,たまねぎ,にんじん,ネギ,きゅうり,オレンジ</small>	<small>【赤】キングクリップ,豚肉 【黄】全かゆ,きび砂糖,油 【緑】こまつな,ネギ,大根,さやいんげん,にんじん</small>	<small>【赤】豚肉,しらす 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ,にんじん,だいこん,こまつな</small>	<small>【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー 【黄】全かゆ,スパゲティ麺,油,さつま芋 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,きゅうり</small>
ミルクがゆ	オートミールがゆ	にんじんがゆ	おかゆ	ぞうすい(しらす)	ソフトせんべい
12	13	14	15	16	17
全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ,豆腐) じゃがいもとささみの煮物 キュウリとワカメの和え物	弁当会	全がゆ(5倍)～軟飯(そばろ) ゆし豆腐(ねぎ) かぼちゃ含め煮	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(山東菜,豆腐) 鶏そぼろ煮 土佐和え	ロールパン ビーフシチュー フルーツサラダ(みかん)	もずく丼 みそ汁(白菜) キャベツサラダ
<small>【赤】豆腐,若鶏,ささ身,チーズ 【黄】全かゆ,じゃが芋,きび砂糖,精白米 【緑】キャベツ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,ワカメ,レモン</small>	<small>【赤】 【黄】パン 【緑】</small>	<small>【赤】鶏ひき肉,ゆし豆腐,しらす 【黄】全かゆ 【緑】にんじん,ネギ,かぼちゃ,たまねぎ,さやいんげん</small>	<small>【赤】沖縄豆腐,鶏ひき肉,しらす 【黄】全かゆ,さといも,油,精白米 【緑】さんとうさい,にんじん,さやいんげん,きゅうり,バナナ</small>	<small>【赤】牛・ひき肉,豚レバー,ヨーグルト,若鶏 【黄】ロールパン,じゃが芋,油,薄力粉,バター,精白米 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,みかん,バナナ,干しぶどう</small>	<small>【赤】豚ひき肉,しらす 【黄】全かゆ,きび砂糖,精白米 【緑】沖縄もずく,にんじん,ピーマン,赤ピーマン,コン,はくさい,キャベツ,みかん,りんご</small>
おかゆ(人参)	パン	しらすがゆ	おじや(しらす)	軟飯	ソフトせんべい
19	20	21	22	23	24
スパゲティミートソース アーサ汁 コールスローサラダ	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(冬瓜,ワカメ) 生 鯖の味噌煮 日 じゃが芋のごま和え 会	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(カラシ) 白身魚のバター煮 人参シソ	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜) 鶏団子 野菜炒め煮(もやし,ひじき)	慰霊の日	煮込み野菜そば
<small>【赤】豚ひき肉,牛・ひき肉,豚レバー,チーズ,豆腐 【黄】スパゲティ麺,オリブ油,マヨネーズ,精白米 【緑】にんじん,たまねぎ,あおさ,キャベツ,コン,りんご</small>	<small>【赤】さば,調整粉乳 【黄】全かゆ,きび砂糖,ごま 【緑】とうがんと,ワカメ,ネギ,たまねぎ,キャベツ,コン,にんじん,りんご</small>	<small>【赤】キングクリップ,ヨーグルト 【黄】全かゆ,バター,油,食パン 【緑】からしな,にんじん,オレンジ</small>	<small>【赤】鶏ひき肉,豆腐,キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】こまつな,にんじん,キャベツ,りよくともやし,ひじき</small>		<small>【赤】キングクリップ,しらす 【黄】沖縄そば,油,精白米 【緑】にんじん,キャベツ,りよくともやし</small>
軟飯(人参,キャベツ)	ミルクがゆ	パン	ぞうすい(キング)		ソフトせんべい
26	27	28	29	30	
全がゆ(5倍)～軟飯(納豆) みそ汁(大根) 豆腐ステーキ野菜あん	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(白菜,トマト) 白身魚のバター煮 野菜炒め煮	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 魚汁 インゲンのおかか和え	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(水菜) ピーマンとひき肉の炒め煮 白和え(ほうれん草・人参)	全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 魚のミルク煮 モーウイの甘酢和え	
<small>【赤】納豆,沖縄豆腐 【黄】全かゆ,油 【緑】大根,からしな,にんじん,たまねぎ,バナナ,キャベツ</small>	<small>【赤】キングクリップ,しらす 【黄】全かゆ,バター,油,精白米 【緑】はくさい,トマト,ワカメ,ひじき,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,こまつなりんご</small>	<small>【赤】キングクリップ,しらす 【黄】全かゆ 【緑】とうがんと,にんじん,さやいんげん,コン</small>	<small>【赤】鶏ひき肉,沖縄豆腐,ツナ缶,しらす,チーズ 【黄】全かゆ,油,ごま油,きび砂糖,マヨネーズ,食パン 【緑】きょうな,ピーマン,赤ピーマン,りよくともやし,たまねぎ,ほうれん草,そう・菜,にんじん,スイカ</small>	<small>【赤】キングクリップ,調整粉乳,しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋,油,きび砂糖,精白米 【緑】たまねぎ,にんじん,モーウイ,バナナ</small>	
全がゆ(人参・キャベツ)	ポロポロジュシー	全がゆ(人参・シラス・コン)	じゃこトースト	ぞうすい(しらす)	

※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・黒糖は乳児ポ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

2023年6月分

沖縄市役所 保育幼稚園課

月	火	水	木	金	土	
<p style="text-align: center;">☆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。様々な場所で食育に関する行事が行われますが、ご家庭でも食に関する絵本を読んだり、親子で料理を楽しんだり、こともちが食に興味をもつ機会を作っていたけると幸いです。また、6月4日～10日は歯と口の健康週間です。今月は特に、よく噛んで食べることを意識したメニューを多く取り入れています。</p>			<p>1 麦ご飯 すまし汁(大根,わかめ,ねぎ) 鮭のマヨネーズ焼き 人参ソテー(シラス) オレンジ</p> <p><small>【赤】ペにぎげしらす,牛乳,豚肉 【黄】精白米,おし麦,マヨドレ,ごま油,うどん,油 【緑】大根,ワカメ,しめじ,たまねぎ,にんじん,オレンジ,キャベツ,ピーマン</small></p>	<p>2 麦ご飯 ボルシチ 白菜サラダ バナナ</p> <p><small>【赤】輸入牛,かたロース,豚レバー,チーズ 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,薄力粉,バター,きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,さやいんげん,ほうきさい,りんご,きゅうり,バナナ</small></p>	<p>3 中華丼 みそ汁(ワカメ,ねぎ) オレンジ</p> <p><small>【赤】豚,かた,赤肉,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,ビスコ 【緑】はくさい,にんじん,しいたけ,ピーマン,ネギ,きゅうり,オレンジ</small></p>	
			牛乳 焼きうどん(おやつ)	麦茶 おかかチーズおにぎり	牛乳 ビスコ	
<p>5 あわご飯 みそ汁(小松菜,麩) なすの挽き肉炒め さつまいもの甘辛煮 プルーン</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,牛乳,精白米,大豆 【黄】精白米,あわ精白粒,ふ,油,さつまい,米粉,きび砂糖,バター 【緑】ごまつな,ナス,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,プルーン</small></p>	<p>6 麦ご飯 みそ汁(テンゲン菜,えのき) トンカツ コールスローサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚肩肉,牛乳 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,バター,オートミール 【緑】テンゲンサイ,えのき,キャベツ,人参,コーン,バナナ</small></p>	<p>7 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,油揚げ) きびなごマリネ ポテトフライ オレンジ</p> <p><small>【赤】キハコ,まぐろ缶詰,油揚げ 【黄】じゃがいも,きび砂糖,精白米,ごま 【緑】きゅうり,たまねぎ,キャベツ,トマト,オレンジ,塩昆布</small></p>	<p>8 麦ご飯 みそ汁(小松菜,しめじ) さばのおろし煮 いんげんソテー パイン缶</p> <p><small>【赤】さば,豚肉 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油 【緑】ごまつな,しめじ,ネギ,しょうが,大根,さやいんげん,にんじん,パインアップル,缶</small></p>	<p>9 麦ご飯 みそ汁(小松菜,ふ) ポークケチャップ なます 味付小魚</p> <p><small>【赤】豚肉,鮭,コマなしミニフィッシュ 【黄】精白米,おし麦,スバゲティ類,油,ごま,きび砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,大根,小松菜</small></p>	<p>10 麦ご飯 ポークビーンズ(レバー)増し すまし汁(絹ごし,ワカメ)</p> <p><small>【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,牛乳 【黄】精白米,おし麦,スバゲティ類,油,ごま,きび砂糖,せんべい 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん</small></p>	
牛乳 もちもちドーナツ	牛乳 オートミールクッキー	麦茶 塩昆布おにぎり	アンパンマンりんご ゆかりおにぎり	麦茶 鮭おにぎり	牛乳 せんべい	
<p>12 あわご飯 みそ汁(キャベツ,厚揚げ) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 パイン缶</p> <p><small>【赤】生揚げ,輸入牛,かたロース,グリーンピース,牛乳,豆乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,じゃが芋,こんにやく,きび砂糖,薄力粉 【緑】キャベツ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,ワカメ,レモン,パインアップル,缶,コーン,干しぶどう</small></p>	<p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">弁 当 会</p>		<p>14 竹の子ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) かぼちゃと豚肉のうま煮 モズク酢(みかん)</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,油揚げ,ゆし豆腐,豚肉,ツ缶 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖 【緑】たけのこ,にんじん,ネギ,かぼちゃ,たまねぎ,さやいんげん,しょうが,沖縄もずく,きゅうり,みかん,味付けのり</small></p>	<p>15 麦ご飯 みそ汁(山東菜,豆腐) 炒りどり 土佐和え バナナ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,鶏肉 【黄】精白米,おし麦,さいとも,油 【緑】さんとうさい,にんじん,ごぼう,たけのこ,水煮,しいたけ,さやいんげん,きゅうり,バナナ</small></p>	<p>16 ロールパン ビーフシチュー フルーツサラダ 味付小魚</p> <p><small>【赤】輸入牛,かたロース,豚レバー,クリーム,ヨーグルト,ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米,おし麦,さいとも,油 【緑】ロールパン,じゃが芋,油,薄力粉,バター,精白米 【赤】にんじん,たまねぎ,しめじ,ぶなしめじ,ピーマン,みかん,バナナ,干しぶどう,梅干し,パイン缶</small></p>	<p>17 もずく丼 みそ汁(ワカメ,花麩) りんご</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,薄力粉,油 【緑】沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,りんご</small></p>
牛乳 スコーン	牛乳 スイートポテトパン	麦茶 みそおにぎり	麦茶 ふりかけおにぎり	麦茶 梅おかかおにぎり	牛乳 ビスコ	
<p>19 スバゲティミートソース すまし汁 コールスローサラダ りんご</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,牛,ひき肉,豚レバー,チーズ 【黄】スバゲティ類,ソー油,薄力粉,バター,マヨドレ,きび砂糖,精白米,ごま 【緑】にんじん,たまねぎ,しいたけ,キャベツ,コーン,りんご,塩昆布</small></p>	<p>20 麦ご飯 すまし汁(冬瓜,ワカメ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) キャベツのゴマ和え ヨーグルト</p> <p><small>【赤】さば,牛乳,ヨーグルト 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま,油,さつまい,バター,ケーキ 【緑】とうがん,ワカメ,しょうが,たまねぎ,キャベツ,コーン,にんじん,きゅうり</small></p>	<p>21 ふりかけご飯 魚汁 パパイヤリテー オレンジ</p> <p><small>【赤】たい豆腐,まぐろ,缶詰,牛乳 【黄】精白米,おし麦,マヨドレ,油,食パン,バター,きび砂糖 【緑】大根,パセリ,乾,パパイア,にんじん,ニラ,オレンジ</small></p>	<p>22 あわご飯 みそ汁(小松菜,しめじ) チキンマーマレード焼 野菜炒め(もやし,ひじき) シークワサーゼット</p> <p><small>【赤】成鶏,手羽,豚かた肉,しらす 【黄】精白米,あわ精白粒,油,ソーサーゼット 【緑】ごまつな,しめじ,たまねぎ,にんじん,キャベツ,りょうとう,もやし,ひじき</small></p>	<p>23 慰霊の日</p> 	<p>24 野菜そば バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,マヨ,牛乳 【黄】沖縄そば,油,きび砂糖,せんべい 【緑】にんじん,キャベツ,りょうとう,もやし,バナナ</small></p>	
麦茶 塩昆布おにぎり	牛乳 誕生会ケーキ	牛乳 シナモントースト	麦茶 鮭おにぎり	麦茶 梅おかかおにぎり	牛乳 星たべよミニゼリー	
<p>26 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー バナナ</p> <p><small>【赤】納豆,豚かた肉,マヨ,沖縄豆腐,牛乳,ウインナー,チーズ,牛乳 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,ホットケーキ,マヨドレ 【緑】大根,しいたけ,からし,にんじん,たまねぎ,バナナ,キャベツ</small></p>	<p>27 麦ご飯 みそ汁(白菜,油揚げ) ミートローフ ひじき炒め りんご</p> <p><small>【赤】きはだまぐろ,油揚げ,豚肉 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,パン粉,こんにやく,しらたき,油 【緑】はくさい,ワカメ,ひじき,にんじん,さやいんげん,りんご,しいたけ,ほうれん草,えだまめ</small></p>	<p>28 梅入り混ぜご飯 ソーキ汁(冬瓜) インゲンのおかか和え チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】豚肉,ソーキ,製抜きチーズ10鉄分,牛乳,しらす 【黄】精白米,おし麦,ごま,マヨドレ,油,食パン,バター,きび砂糖 【緑】梅干し,なが屋布,にんじん,とうがん,しいたけ,さやいんげん,ニラ,コーン</small></p>	<p>29 麦ご飯 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) ピーマンと豚肉の味噌炒め 白和え(ほうれん草,人参) すいか</p> <p><small>【赤】豚かた肉,沖縄豆腐,ツ缶,牛乳,しらす,チーズ 【黄】精白米,おし麦,油,ごま,きび砂糖,マヨドレ,食パン 【緑】しめじ,えのき,きょうな,ピーマン,赤ピーマン,りょうとう,もやし,たまねぎ,ほうれん草,にんじん,スイカ</small></p>	<p>30 カレーライス モーウイの甘酢和え プルーン</p> <p><small>【赤】豚肉,牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,きび砂糖,かりんとう,黒 【緑】にんじん,たまねぎ,にんにく,ピーマン,モーウイ,プルーン</small></p>		
牛乳 きゃべつマフィン	ボロボロジュース	牛乳 チヂミ	牛乳 じゃこトースト	牛乳 かりんとう		

※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・カンシューナッツ・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