

予 定 献 立 表

2024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。</p> <p>様々な場所で食育に関する行事が、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、</p> <p>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。また、6月4日～10日は歯と口の健康週間です。</p> <p>今月は、よく噛んで食べることを認識したメニューを取り入れています。</p>					<p>1</p> <p>うどん(豚肉) 白菜の和え物 フルーツヨーグルト</p>  <p>【赤】豚肉、竹輪、まぐろ缶、ソファール、EM牛乳、 【黄】うどん、きび砂糖、精白米 【緑】にんじん、チンゲンサイ、はくさい、あおのり</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 雪の宿せんべい</p>
<p>3 チキン照り焼き丼 みそ汁(厚揚げ・ねぎ) オクラのおかか和え シークワーサーゼリー</p> <p>【赤】成鶏・もも、生揚げ、EM牛乳、しらす 【黄】精白米、おし麦、油、米粉、ごま油、きび砂糖、シークワーサーゼリー 【緑】たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、しょうが、ネギ、きゅうり、オクラ、ニラ、コーン</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 チヂミ</p>	<p>4 麦ご飯 みそ汁(なす) 魚フライ(ソース) 人参シソ(シラス) オレンジ</p> <p>【赤】白身魚、豆乳、しらす、明治牛乳 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、パン粉、油、ごま油、食パン、バター、きび砂糖 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、にんじん、オレンジ</p> <p style="text-align: right;">明治牛乳 シナモントースト</p>	<p>5 スパゲティミートソース すまし汁(小松菜・絹ごし) コールスローサラダ バナナ</p> <p>【赤】豚ひき肉、牛・ひき肉、豚レバー、粉チーズ、豆腐、ツナ缶 【黄】スパゲティ麺、オリブ油、油、薄力粉、バター、マヨドレ、きび砂糖、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、こまつな、キャベツ、コーン、バナナ、味付きのり</p> <p style="text-align: right;">麦茶 味噌おにぎり</p>	<p>6</p> <p style="font-size: 2em;">お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">明治牛乳 焼き芋</p>	<p>7 麦ご飯 ポークビーンズ(レバー)増し 春雨サラダ フルーツゼリー</p> <p>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、ツナ缶、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、スパゲティ麺、油、はるさめ、きび砂糖、ゼリー、はちや棒 【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、バナナ</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 はちや棒 バナナ</p>	<p>8</p> <p style="text-align: center;">園内研修 お弁当 家庭保育協力願い</p>  <p style="text-align: right;">みどり調整豆乳 マリービスケット</p>
<p>10 あわご飯 みそ汁(キャベツ・えのき) なすの挽き肉炒め4 かぼちゃサラダ ブルーン</p> <p>【赤】豚ひき肉、EM牛乳、豆乳、ツナ缶 【黄】精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、マヨドレ、薄力粉 【緑】キャベツ、えのき、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、かぼちゃ、きゅうり、ブルーン、ニラ</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 ひらやちー</p>	<p>11 麦ご飯 すまし汁(絹ごし・ワカメ) 鮭のマヨネーズ焼き ひじき炒め オレンジ</p> <p>【赤】豆腐、ベにざけ、豚肉、大豆、明治牛乳、クリーム 【黄】精白米、おし麦、マヨドレ、しらす、油、さつまいも、バター、きび砂糖 【緑】ワカメ、しめじ、たまねぎ、ひじき、にんじん、さやいんげん、オレンジ</p> <p style="text-align: right;">明治牛乳 スイートポテト</p>	<p>12 麦ご飯 みそ汁(小松菜・しめじ) レバーのごまソースあえ 切り干し大根サラダ バナナ</p> <p>【赤】豚レバー、まぐろ、詰水煮、豚肉 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、ごま、カレールウ、油 【緑】こまつな、しめじ、しょうが、切り干し大根、きゅうり、にんじん、バナナ、昆布、ネギ</p> <p style="text-align: right;">Ca飲料(リンゴ) かぼちゃクッキー</p>	<p>13 麦ご飯 魚汁(カラシ) マヨチーズちくわ ブロッコリーの和え物 パイン缶</p> <p>【赤】たい、竹輪、チーズ、脱脂粉乳、クリーム、明治牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、マヨドレ、薄力粉、炭酸飲料、サイダー、黒砂糖、油 【緑】からしな、パセリ、乾、ブロッコリー、トマト、パインアップル、缶</p> <p style="text-align: right;">明治牛乳 そペポーポー</p>	<p>14 中華丼 みそ汁(麩・ワカメ) 大根の甘酢和え ソファール元気ヨーグルト</p> <p>【赤】豚・かた・赤肉、ソファール、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、焼きふ、食パン 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、ピーマン、ワカメ、根深ねぎ、大根、いちご、ジャム</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>15 沖縄そば 小松菜と油揚げのおかか和え チーズ10鉄分入り</p> <p>【赤】豚肉、マホコ、油揚げ、型抜きチーズ10鉄分、EM牛乳 【黄】沖縄そば、きび砂糖、精白米 【緑】なが昆布、にんじん、ネギ、こまつな</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 星たべよ煎餅</p>
<p>17 もずく丼(しらす) みそ汁(白菜・トマト) スティックキュウリ バナナ</p> <p>【赤】豚ひき肉、しらす、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、薄力粉、バター 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、コーン、はくさい、トマト、ワカメ、きゅうり、バナナ</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 スコーン</p>	<p>18 麦ご飯 すまし汁(大根・わかめ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) きんぴら風煮(れんこん) オレンジ</p> <p>【赤】さば、豚ひき肉、明治牛乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、強力粉、薄力粉、バター、ゴマ 【緑】大根、ワカメ、しょうが、たまねぎ、にんじん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、オレンジ、にんじんジュース</p> <p style="text-align: right;">明治牛乳 チーズスティック</p>	<p>19 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ・しめじ) チキンアップルソース 野菜炒め(キャベツ・たまねぎ) パイン缶</p> <p>【赤】成鶏・もも、豚肉、EM牛乳、しらす、チーズ 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、食パン、マヨドレ 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、りんご、キャベツ、たまねぎ、にんじん、パインアップル、缶</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 ジャコトースト</p>	<p>20 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 モズク酢(みかん) 味付小魚</p> <p>【赤】豚かた肉、ゴマなしミニフィッシュ、明治牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油、きび砂糖、ケーキ 【緑】しめじ、えのき、ピーマン、赤ピーマン、りょくとうもやし、たまねぎ、沖縄もずく、きゅうり、みかん</p> <p style="text-align: right;">明治牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>21 ロールパン クリームシチュー 小松菜としめじのゴマ和え バナナ</p> <p>【赤】豚・かた・赤肉、牛乳、EM牛乳、ツナ缶 【黄】ロールパン、じゃが芋、油、ごまきび砂糖、マヨドレ 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリー、さやいんげん、こまつな、しめじ、バナナ、味付きのり</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p>	<p>22 親子丼 みそ汁(えのき・わかめ) 味付小魚</p> <p>【赤】鶏肉、鶏卵、ゴマなしミニフィッシュ、みどり調整豆乳 【黄】精白米、おし麦、油 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、えのき、ワカメ</p> <p style="text-align: right;">みどり調整豆乳 ぼたぼた焼き</p>
<p>24 納豆ごはん イナムドチ タマナーチャンプルー バナナ</p> <p>【赤】納豆、豚かた肉、カマコ、沖縄豆腐、EM牛乳、まぐろ、缶 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、食パン、マヨドレ 【緑】大根、しいたけ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ニラ、バナナ、コーン</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 ツナサンド</p>	<p>25 ふりかけご飯 みそ汁(ヘチマ・豆腐) 魚ハンバーグ スパゲティサラダ ブルーン</p> <p>【赤】沖縄豆腐、キングクリップ、鶏ひき肉、豆乳、まぐろ、缶、明治牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、油、パン粉、スパゲティ麺、マヨドレ、くずでん粉、黒砂糖 【緑】ヘチマ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、干しぶどう、ブルーン</p> <p style="text-align: right;">明治牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>26 梅入り混ぜご飯 ソーキ汁(冬瓜) インゲンのおかか和え オレンジ</p> <p>【赤】豚肉軟骨ソーキ、EM牛乳、豚肉 【黄】精白米、おし麦、ごま、うどん、油 【緑】梅干し、しそ、なが昆布、にんじん、とうがん、しいたけ、さやいんげん、オレンジ、キャベツ、ピーマン</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 焼きうどん</p>	<p>27 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) 揚げ豆腐のあんかけ きゅうりの塩昆布あえ パイン缶</p> <p>【赤】木綿豆腐、鶏ひき肉、明治牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、さつまいも 【緑】チンゲンサイ、えのき、たまねぎ、にんじん、きくらげ、ネギ、しょうが、きゅうり、塩昆布、パインアップル、缶</p> <p style="text-align: right;">明治牛乳 さつまいも入りマフィン</p>	<p>28 カレーライス モーウイの甘酢和え 茹でコーン</p> <p>【赤】キングクリップ、豚・かた・赤肉、鶏レバー、EM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、ピーマン、にんにく、モウイ、スイートコーン、バナナ</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 かりんとう バナナ</p>	<p>29 マーボー豆腐丼 コーンスープ(キャベツ) 土佐和え バナナ</p> <p>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、ごま油、ごま 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ニラ、コーン、キャベツ、きゅうり、バナナ</p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 カルシウムせんべい</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

予 定 献 立 表

2024年6月分

離乳食献立

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、家族で食事を楽しむことで「食べることは楽しい」ことを伝えていただくと幸いです。</p>						
					<p>1 煮込みうどん 白菜の和え物 バナナ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ, まぐろ・缶 【黄】うどん, きび砂糖, 精白米 【緑】にんじん, チンゲンサイ, はくさい, バナナ</small></p> <p style="text-align: right;">軟飯(白菜・人参)</p>	
<p>3 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 魚の煮つけ みそ汁(豆腐・ねぎ) 野菜炒め煮 りんご煮</p> <p><small>【赤】白身魚, 豆腐 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ, ネギ, きゅうり, にんじん, 青のり, きゃべつ, りんご</small></p> <p style="text-align: center;">全がゆ(青のり・にんじん)</p>	<p>4 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(なす) 白身魚のバター煮 人参ソシ オレンジ煮</p> <p><small>【赤】白身魚, ヨーグルト 【黄】全かゆ, バター, ごま油, 食パン, マヨドレ, コーンフレーク煮 【緑】ナス, にんじん, ネギ, オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">コーンフレーク煮</p>	<p>5 スパゲティミートソース すまし汁(小松菜・絹ごし) コールスローサラダ バナナ煮</p> <p><small>【赤】豚ひき肉, 牛・ひき肉, チーズ, 豆腐, チーズ 【黄】スパゲティ麺, 油, マヨドレ, 全かゆ 【緑】にんじん, たまねぎ, こまつな, キャベツ, コーン, バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">チーズがゆ</p>	<p>6 お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">ふかし芋</p>		<p>7 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 豚ひき肉の野菜煮 春雨サラダ バナナ煮</p> <p><small>【赤】豚ひき肉, ツナ缶 【黄】全かゆ, スパゲティ麺, 油, はるさめ, きび砂糖, そうめん 【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, バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>8 園内研修 お弁当 家庭保育協力願い</p>  <p style="text-align: center;">そぼろがゆ(ひき肉)</p>
<p>10 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ) なすの挽き肉炒め煮 かぼちゃサラダ バナナ煮</p> <p><small>【赤】豚ひき肉, チーズ 【黄】全かゆ, 油, じゃが芋, マヨドレ, 精白米 【緑】キャベツ, ナス, にんじん, たまねぎ, さやいんげん, かぼちゃ, きゅうり, バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(にんじん・チーズ)</p>	<p>11 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(絹ごし・ワカメ) 鮭のバター煮 野菜炒め煮 オレンジ煮</p> <p><small>【赤】豆腐, べにざけ 【黄】全かゆ, バター, 油, さつま芋 【緑】ワカメ, たまねぎ, ひじき, にんじん, さやいんげん, オレンジ, きゃべつ</small></p> <p style="text-align: center;">さつま芋の落とし焼き</p>	<p>12 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜) 魚の煮つけ スティックきゅうり バナナ煮</p> <p><small>【赤】白身魚, 豚ひき肉 【黄】全かゆ, 精白米, 油, きび砂糖 【緑】こまつな, にんじん, きゅうり, バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ポロポロジュシー</p>	<p>13 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(葉野菜) 白身魚のバター煮 ブロッコリーの和え物 オレンジ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ, 豆腐 【黄】全かゆ, バター, そうめん 【緑】葉野菜, ブロッコリー, トマト, オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(絹豆腐)</p>	<p>14 中華丼 みそ汁(麩・ワカメ) 大根のだし煮 りんご煮</p> <p><small>【赤】豚ひき肉 【黄】全かゆ, 油, きび砂糖, 焼きふ・観世ふ 【緑】はくさい, にんじん, ピーマン, ワカメ, 根深ねぎ, 大根, りんご, じゃがいも</small></p> <p style="text-align: center;">じゃがいもの落とし焼き</p>	<p>15 煮込み沖縄そば 小松菜と人参のおかか和え 果物(煮)</p> <p><small>【赤】豚ひき肉, チーズ 【黄】沖縄そば, きび砂糖, 全かゆ 【緑】にんじん, ネギ, こまつな, くだもの</small></p> <p style="text-align: center;">チーズがゆ</p>	
<p>17 もずく丼 みそ汁(白菜・トマト) スティックキュウリ バナナ煮</p> <p><small>【赤】豚ひき肉, しらす 【黄】全かゆ, きび砂糖, 油 【緑】沖縄もずく, にんじん, ピーマン, 赤ピーマン, コーン, はくさい, トマト, ワカメ, きゅうり, かぼちゃ, バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃの落とし焼き</p>	<p>18 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(大根) 白身魚の味噌煮(玉ねぎ) 人参のきんぴら風 オレンジ煮</p> <p><small>【赤】さば, 鶏ひき肉, チーズ 【黄】全かゆ, きび砂糖, 油, 精白米 【緑】大根, たまねぎ, にんじん, さやいんげん, オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(人参・チーズ)</p>	<p>19 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(かぼちゃ) 魚のアップルソース 野菜炒め煮(キャベツ・たまねぎ) りんご煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ, 豚肉, しらす, チーズ 【黄】全かゆ, きび砂糖, 油, 食パン, マヨドレ, コーンフレーク 【緑】かぼちゃ, ネギ, りんご 皮つき 生, キャベツ, たまねぎ, にんじん, りんご</small></p> <p style="text-align: center;">コーンフレーク煮</p>	<p>20 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 オレンジ煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉, キングクリップ 【黄】全かゆ, 油, ごま油, きび砂糖, そうめん 【緑】ピーマン, 赤ピーマン, りよくとうもやし, たまねぎ, オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(魚)</p>	<p>21 ロールパン クリームシチュー(魚) 小松菜と人参和え バナナ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ, 牛乳 【黄】ロールパン, じゃが芋, 油, 薄力粉, バター, きび砂糖, さつま芋 【緑】たまねぎ, にんじん, セロリー, さやいんげん, こまつな, バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ふかし芋</p>	<p>22 親子どんぶり(卵抜き) みそ汁(わかめ) 果物(煮)</p> <p><small>【赤】鶏肉, 鶏卵, まぐろ・缶 【黄】全かゆ, 油, 精白米 【緑】にんじん, たまねぎ, ピーマン, 根深ねぎ, ワカメ, 果物</small></p> <p style="text-align: center;">ツナがゆ</p>	
<p>24 全がゆ(5倍)～軟飯 みそ汁(大根) タマナーチャンプルー バナナ煮 納豆(湯)</p> <p><small>【赤】納豆, 沖縄豆腐, 豚かた肉, チーズ 【黄】全かゆ, 油, コーンフレーク 【緑】大根, キャベツ, にんじん, たまねぎ, ニラ, コーン, バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">コーンフレーク煮</p>	<p>25 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(へちま・豆腐) 豆腐ハンバーグ スパゲティサラダ りんご煮</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐, 鶏ひき肉, 豆乳, まぐろ・缶 【黄】全かゆ, 油, パン粉, スパゲティ麺, マヨドレ, 精白米 【緑】へちま, たまねぎ, にんじん, きゅうり, りんご</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(鶏ミンチ)</p>	<p>26 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 魚汁 インゲンのおかか和え オレンジ(煮)</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ, うどん 【緑】とうがん, にんじん, さやいんげん, キャベツ, オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">煮込みうどん</p>	<p>27 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜) 豆腐のあんかけ スティックキュウリ煮 りんご煮</p> <p><small>【赤】木綿豆腐, 鶏ひき肉 【黄】全かゆ, さつま芋 【緑】チンゲンサイ, たまねぎ, にんじん, ネギ, きゅうり, りんご</small></p> <p style="text-align: center;">ふかし芋</p>	<p>28 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 魚のミルク煮 モーウイの甘酢和え バナナ煮</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, きび砂糖, 油 【緑】たまねぎ, にんじん, モウイ, バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">じゃがいもの落とし焼き</p>	<p>29 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 マーボー豆腐 コーンスープ(キャベツ) くだもの(煮)</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐, 豚ひき肉, 豚レバー 【黄】全かゆ, きび砂糖, ごま油, 精白米 【緑】にんじん, たまねぎ, ニラ, コーン, キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">軟飯(人参・キャベツ)</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》