

予 定 献 立 表

2017年6月分

白鳥保育園

月	火	水	木	金	土						
<p>6月 食育月間</p> <p>毎年6月は食育月間です。様々な場所で食育に関連した行事が行われます。</p> <p>食に興味を持つきっかけになるといいですね。また、毎月19日は食育の日として食育を広める活動が行われています。</p>											
											
		1	<p>麦ご飯(胚が米) イナムドチ パイパイリチー 小松菜とコーンの和え物 シークァーサーゼリー</p> <p><small>【赤】牛乳、豚肉、カマボコ、まぐろ、缶詰水煮ブレイク、鶏卵、さくらえび、ツナ缶 【黄】胚芽米、おし麦、こんにやく、砂糖 【緑】大根、しいたけ、パイパイ、にんじん、ニラ、こまつな、コーン、キャベツ、あおのり</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(ブレン) お好み焼き</p>	2	<p>ご飯(胚芽) ベジタブルカレー フルーツサラダ(みかん)</p> <p><small>【赤】豆乳、豚ひき肉、豚レバー、牛乳、ヨーグルト、EM牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋 【緑】かぼちゃ、玉ねぎ、トマト、キャベツ、にんにく、みかん、バナナ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 カップケーキ</p>	3	<p>ご飯(胚芽) みそ汁(もやし・ワカメ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) 土佐和え オレンジ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、生揚げ、EM牛乳、ツナ缶 【黄】胚芽米、はるさめ、ごま 【緑】バナナ、モヤシ、ワカメ、にんじん、さやいんげん、きゅうり、オレンジ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 ツナマヨおにぎり</p>				
5	<p>ご飯(胚芽) みそ汁(冬瓜ねぎ) 高野豆腐と野菜のうま煮 かぼちゃサラダ プチトマト</p> <p><small>【赤】豆乳(ココア)、凍り豆腐、豚・もも・生、みどり調整豆乳、脱脂乳、鶏卵、オートミール 【黄】胚芽米、三温糖、じゃが芋、バター、砂糖 【緑】とうがんとネギ、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ、きゅうり、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 シリアルクッキー</p>	6	<p>あずきご飯(胚芽) オクラ入りすまし汁(ワカメ) 揚げ魚のケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) オレンジ</p> <p><small>【赤】はっ酵乳、ホキーン生、豚ひき肉、EM牛乳 【黄】胚芽米、もち米、三温糖 【緑】オクラ、ワカメ、にんじん、モヤシ、ブロッコリー生、なつみかん、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 納豆みそおにぎり</p>	7	<p>麦ご飯(胚が米) みそ汁(葉野菜・じゃが芋) クーブイリチー しそ入り卵焼き バナナ</p> <p><small>【赤】牛乳、豚肉、カマボコ、鶏卵、ウインナー、チーズ 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、こんにやく、三温糖 【緑】チンゲンサイ、昆布、しいたけ、にんじん、しそ、バナナ、キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(ブレン) きゃべつマフィン</p>	8	<p>あじさいご飯 なすの味噌汁 チキン照り焼き トマト</p> <p><small>【赤】ウインナー、成鶏・もも・生、EM牛乳、かたくちいわし、煮干し 【黄】胚芽米、砂糖、ごま、やま芋 【緑】きゅうり、ナス、ワカメ、ネギ、根深ねぎ、しょうが、にんにく、トマト、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 人参のかるかんカップケーキ</p>	9	<p>麦ご飯(胚が米) マーボー豆腐 ナムル 野菜ジュース(P.K)</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、鶏ささ身、EM牛乳、すめ 【黄】胚芽米、おし麦、砂糖、ごま油、パン 【緑】オレソ、にんじん、しいたけ、玉ねぎ、にんにく、しょうが、ニラ、ほうれんそう、大豆もやし、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 あんぱん</p>	10	<p>ご飯(胚芽) みそ汁(大根・えのき) 鯖のカレー焼 ゴーヤーチャンプルー バナナ</p> <p><small>【赤】さば・生、沖縄豆腐、豚肉、豚肉 【黄】ビスケット、胚芽米、ミルミル 【緑】大根、えのき、ネギ、玉ねぎ、にんじん、ニガウリ、バナナ、しいたけ、からしな</small></p> <p style="text-align: center;">ミルミル、ポロポロジュシー(からし菜・ハンダマ)</p>
12	<p>麦ご飯(胚が米) トマトと卵のスープ 肉じゃが 塩昆布和え さくらんぼフレッシュ</p> <p><small>【赤】鶏卵、牛肉、グリーンピース、EM牛乳、チーズ、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、三温糖、砂糖 【緑】トマト、こまつな、玉ねぎ、にんじん、きゅうり、塩昆布、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 コーンのお焼き</p>	13	<p>ご飯(胚芽) みそ汁(もやし・ワカメ) きびなごカレー揚げ からし菜チャンプルー チーズで鉄</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚中型種・もも、ヨーグルト、クリーム、牛乳、豚・ゼラチン 【黄】胚芽米、砂糖 【緑】オレソ、モヤシ、ワカメ、からしな、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ヨーグルトゼリー パナナ</p>	14	<p>麦ご飯(胚が米) みそ汁(水菜油あげ) 豆腐ハンバーグ 野菜炒め(もやしひじき) ブルー</p> <p><small>【赤】牛乳、油揚げ、沖縄豆腐、ツナ缶、豚肉、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦 【緑】きょうな・葉、にんじん、キャベツ、モヤシ、ひじき、ブルー</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 ふりかけおにぎり</p>	15	<p>スパゲティミートソース オクラ入りすまし汁 もーういの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、EM牛乳 【黄】スパゲティ麺、バター、砂糖、胚芽米、もち米、三温糖、ごま 【緑】にんじん、玉ねぎ、しいたけ、オクラ、ワカメ、みかん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 五平餅</p>	16	<p>ロールパン(ティナロール) ポークビーンズ しらすのサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】はっ酵乳、大豆、豚ひき肉、豚レバー、しらす、EM牛乳 【黄】ロールパン、スパゲティ麺、さつま芋 【緑】玉ねぎ、にんじん、さやいんげん、こまつな、コーン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 蒸し芋</p>	17	<p>麦ご飯(胚が米) すまし汁(シメジ・みつば) チキンマレード煮 野菜炒め オレンジ</p> <p><small>【赤】チーズ、成鶏・手羽、ツナ缶、みどり調整豆乳、脱脂粉乳、鶏卵 【黄】胚芽米、おし麦、バター、砂糖 【緑】しめじ、えのき、ミツバ、オレソ、マレード、にんじん、こまつな、モヤシ、ピーマン、オレンジ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 パナナケーキ</p>
19	<p>食育の日 コーンスープ(キャベツ) なすの挽き肉炒め 大豆サラダ パイン缶</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、大豆、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、砂糖、ごま油、食パン、バター 【緑】コーン、キャベツ、ナス、にんじん、玉ねぎ、トマト、きゅうり、ひじき、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 シナモントースト</p>	20	<p>ご飯(胚芽) みそ汁(生揚げ・ねぎ) さばのおろし煮 野菜炒め(もやしひじき) オレンジ</p> <p><small>【赤】牛乳、生揚げ、さば、豚肉、豚肉 【黄】胚芽米、三温糖、ビーフン(うるち米製品)、ごま油 【緑】ネギ、ワカメ、しょうが、大根、にんじん、キャベツ、モヤシ、ひじき、オレソ、玉ねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">野菜ジュース(P.K) 焼きビーフン</p>	21	<p>食育の日 三色そぼろ(鶏ひき肉) もずくスープ なます オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、鶏卵、沖縄豆腐、EM牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、砂糖、ケーキ 【緑】からしな、沖縄もずく、ネギ、にんじん、大根、オレソ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 誕生会ケーキ</p>	22	<p style="font-size: 2em;">お弁当の日</p>  <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう メロン</p>	23	<p style="font-size: 2em;">慰霊の日</p> 	24	<p>沖縄そば 白和え(ゴーヤー) チーズでカルシウム</p> <p><small>【赤】豚肉、カマボコ、鶏卵、沖縄豆腐、ツナ缶、チーズ、しらす 【黄】沖縄そば、砂糖、胚芽米、ごま・むぎ、三温糖 【緑】ネギ、ニガウリ、にんじん、にんじん、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 じゃこひじきふりかけおにぎり</p>
26	<p>あわご飯(胚芽米) なめこ汁 ゴーヤーオムレツ 野菜炒め(チンゲンサイ) 白桃缶</p> <p><small>【赤】豆乳、豆腐、鶏卵、チーズ、豚肉、豚ひき肉 【黄】胚芽米、オリーフ油、三温糖 【緑】なめこ・生、ネギ、ニガウリ、トマト、玉ねぎ、にんにく、にんじん、チンゲンサイ、モヤシ、ピーマン、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 味噌おにぎり</p>	27	<p>ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ麩) 豆腐のあげぼの揚げ きんぴら風煮(いんげん) ぶどう</p> <p><small>【赤】はっ酵乳、ベにさげ、沖縄豆腐、鶏卵、鶏ひき肉、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、ふ、食パン、バター、ゴマペースト、黒砂糖 【緑】キャベツ、ネギ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、若ざや、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 練りゴマトースト</p>	28	<p>麦ご飯(胚が米) すまし汁(小松菜シジ) 豚肉のしょうが焼 大根サラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉、まぐろ、缶詰水煮ブレイク、EM牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、おし麦、ごま、三温糖、くずでん粉、黒砂糖 【緑】バナナ、こまつな、しめじ、玉ねぎ、しょうが、切り干し大根、きゅうり、にんじん、オレソ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	29	<p>梅入り混ぜご飯 すまし汁(大根・ワカメ) 魚ハンバーグ 野菜炒め プルーン</p> <p><small>【赤】ホキーン生、鶏ひき肉、鶏卵、豚肉、EM牛乳、牛乳 【黄】胚芽米、ごま、さつま芋、砂糖、バター 【緑】梅干し、しそ・葉、大根、カイワレ、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン、プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 さつま芋のガレット</p>	30	<p>麦ご飯(胚が米) スタミナカレー モズクの酢の物 キャンディーチーズ</p> <p><small>【赤】チーズ、豚ひき肉、豚レバー、チーズ、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、三温糖、食パン 【緑】玉ねぎ、にんじん、かぼちゃ、バナナ、ニガウリ、きゅうり、沖縄もずく、レモン、ブルーベリー・ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>6月は歯と口の健康習慣</p>  </div>	

※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

★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

白鳥保育園
離乳食

2017年6月分

月	火	水	木	金	土
6月 食育月間 毎年6月は食育月間です。様々な場所で食育に関連した行事が行われます。また、毎月19日は食育の日として食育を広める活動が行われています。食育や日々の食事の中から「食べる事は楽しい」を伝えていきましょう					
			1 全がゆ みそ汁(大根) パパイヤとささみの炒め煮 <small>【赤】鶏ささ身・まぐろ・缶詰、脱脂粉乳 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】大根、こまつな、パパイア、にんじん、キャベツ</small> ミルク粥(ささみやべつ)	2 全がゆ 魚と野菜のトマト煮 ヨーグルト(みかん) <small>【赤】キングクリップ、ヨーグルト、きな粉 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】かぼちゃ、玉ねぎ、トマト、キャベツ、みかん、バナナ</small> きなこがゆ	3 全がゆ みそ汁(もやし) 豆腐のそぼろ煮 <small>【赤】沖縄豆腐、しらす 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】モヤシ、にんじん、さやいんげん</small> しらすがゆ
5 全がゆ みそ汁(冬瓜) 絹ごし豆腐と野菜のうま煮 かぼちゃとじゃがいものマッシュ <small>【赤】豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、じゃが芋、胚芽米 【緑】とうがん、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ、生、トマト</small> リゾット(魚トマト)	6 全がゆ すまし汁(オクラ) 魚と野菜の炒め煮 <small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】オクラ、にんじん、ブロッコリー、生</small> 全粥(納豆)	7 おじや(昆布) みそ汁(チンゲン菜じゃが芋) 焼きバナナ <small>【赤】キングクリップ 【黄】胚芽米、じゃが芋 【緑】昆布、にんじん、チンゲンサイ、バナナ、キャベツ</small> ゆでキャベツ	8 全がゆ(人参) なすの味噌汁 鶏ささみと野菜のトマト煮 <small>【赤】鶏ささ身 【黄】全かゆ、じゃが芋、バター 【緑】にんじん、ナス、トマト、玉ねぎ、バナナ</small> 焼きバナナ	9 全がゆ マーボー豆腐 ナムル <small>【赤】沖縄豆腐、鶏ささ身、きな粉、調製粉乳 【黄】全かゆ、砂糖、食パン 【緑】にんじん、玉ねぎ、ほうれんそう、葉、きゅうり</small> きなこパンがゆ	10 全がゆ みそ汁(大根) ゴーヤーチャンプルー(炒め煮) 焼きバナナ <small>【赤】沖縄豆腐 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】大根、玉ねぎ、にんじん、ニガウリ、バナナ、からしな</small> ポロポロジュース(からし菜・ハンダマ)
12 全がゆ トマトと小松菜のスープ じゃがいもと魚の煮物 <small>【赤】キングクリップ、グリーンピース 【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖 【緑】トマト、こまつな、にんじん、玉ねぎ</small> あわぼーる	13 全がゆ みそ汁(もやし) 豆腐とからし菜のそぼろ煮 <small>【赤】沖縄豆腐、ヨーグルト、きな粉 【黄】全かゆ 【緑】モヤシ、からし菜、にんじん、バナナ</small> パナナきな粉ヨーグルト	14 全がゆ かちゅーゆー 豆腐の野菜あんかけ <small>【赤】沖縄豆腐、しらす 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】キャベツ、にんじん、モヤシ</small> しらすがゆ	15 煮込みトマトスパゲティー(魚) すまし汁(オクラ) <small>【赤】キングクリップ 【黄】スパゲティ麺、バター 【緑】にんじん、玉ねぎ、オクラ、バナナ</small> パナナ(煮)	16 全がゆ ポークビーンズ バナナ煮 <small>【赤】大豆、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、さつまい 【緑】玉ねぎ、にんじん、さやいんげん、こまつな、バナナ</small> 全がゆ(芋)	17 全がゆ かちゅーゆー ササミと野菜の炒め煮 オレシジ(煮) <small>【赤】鶏ささ身 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、こまつな、モヤシ、ピーマン、オレシジ、バナナ</small> 焼きバナナ
19 全がゆ 食育の 日 コーンスープ(キャベツ) なすと鶏ささみの炒め煮 <small>【赤】鶏ささ身、きな粉、調製粉乳 【黄】全かゆ、食パン 【緑】コーン、キャベツ、ナス、にんじん、玉ねぎ、トマト</small> きなこパンがゆ	20 全がゆ みそ汁(豆腐) 白身魚煮(キャベツ人参入り) <small>【赤】沖縄豆腐、さば、生 【黄】全かゆ、三温糖 【緑】しょうが、大根、キャベツ、にんじん</small> ゆで人参	21 三色がゆ すまし汁(大根・人参) オレンジ(煮) <small>【赤】鶏ひき肉 【黄】全かゆ、七分つき米(水稲)、じゃが芋 【緑】からし菜、大根、にんじん、オレンジ</small> じゃがいもマッシュ	22 全がゆ 魚と野菜のそぼろ煮 <small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、玉ねぎ、こまつな、ピーマン、メロン</small> メロン(煮)	慰霊の日 	
26 全がゆ かちゅーゆー 絹ごし豆腐と野菜の炒め煮(チンゲン菜) <small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、チンゲンサイ、玉ねぎ、モヤシ、ピーマン</small> あわぼーる	27 全がゆ みそ汁(キャベツ麩) 豆腐と鮭のそぼろ ぶどう <small>【赤】べにざけ、沖縄豆腐、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、ふ、胚芽米 【緑】キャベツ、にんじん、さやいんげん、ぶどう</small> おじや(鶏・野菜)	28 全がゆ すまし汁(小松菜) 魚と切干大根の煮 オレンジ(煮) <small>【赤】キングクリップ、きな粉 【黄】全かゆ、三温糖 【緑】こまつな、大根、切り干し大根、にんじん、オレンジ</small> きなこがゆ	29 全がゆ すまし汁(大根・カワレ) 魚と野菜の炒め煮(味噌風味) <small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、さつまい 【緑】大根、にんじん、キャベツ、玉ねぎ、モヤシ、ピーマン</small> さつまい(マッシュ)	30 全がゆ ささみと野菜のトマト煮込み きゅうりの煮びたし <small>【赤】鶏ささ身、豚レバー、脱脂粉乳 【黄】全かゆ、じゃが芋、食パン 【緑】かぼちゃ、玉ねぎ、にんじん、ニガウリ、きゅうり</small> パンがゆ	

※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

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生