

予 定 献 立 表

2017年7月分

白鳥保育園

月	火	水	木	金	土
<p>31 麦ご飯(黒米) コーンスープ(キャベツ) ピーマンと豚肉の味噌炒め もーういの和え物</p> <p><small>【赤】豆乳、豚肉、豚レバー、EM牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、おし麦、ごま油、三温糖、砂糖、クオカ 【緑】コーン、キャベツ、ピーマン、モヤシ、玉ねぎ、にんじん、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 豆乳のくずもち</p>	<p>～甘い飲み物を摂りすぎていませんか？～</p> <p>甘い飲み物には砂糖が多く含まれています。果実入りの清涼飲料水(500ml)の中には約60g、乳酸菌飲料(65ml)には約16g、含まれています。飲みすぎは虫歯の原因になるだけでなく、イライラや、かたよった食事の原因にもなります。与える時は量を決めて日常の水分補給源とならないようにしましょう。</p> <p>水分補給は、脱水にならないように麦茶や水を一定の時間、またプールや散歩、外遊びの前後に与えましょう。</p> <div style="text-align: right;">  </div>				<p>1 ご飯(胚芽) みそ汁(チンゲン菜・麩) 切り干し大根炒め 白和え(ゴーヤ・人参) バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、カマボコ、沖縄豆腐、ツナ缶、EM牛乳 【黄】ビスケット、胚芽米、ふ、こんにやく、三温糖 【緑】チンゲンサイ、大根、切り干し大根、しいたけ、コマロ、にんじん、バナナ、パン</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 かりんとう パインアップル</p>
<p>3 ご飯(胚芽) すまし汁(とろろ昆布) チキンマレード煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) プルーン</p> <p><small>【赤】豆乳(ココア)、カマボコ、成鶏、手羽、まぐろ、缶詰水煮、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、白玉粉、三温糖、バター、ココナッツパウダー 【緑】削り昆布、ネギ、オレンジ、マレード、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン、プルーン、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 もちケーキ</p>	<p>4 麦ご飯(胚が米) すまし汁(小松菜・大根) 鮭のマヨネーズ焼き ヒジキと糸こんにゃくのきんぴら オレンジ</p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 ゴマポッキー</p>	<p>5 ご飯(胚芽) みそ汁(豆腐・ねぎ・わかめ) 鶏と冬瓜の煮物 キャベツのゴマ和え パインアップル</p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 芋天ぷら</p>	<p>6 麦ご飯(胚が米) ポークカレー マカロニサラダ(ツナ) プチトマト</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 カップケーキ</p>	<p>7 ご飯(胚芽) きらきらスープ(オクラ) チーズハンバーグ しらすのサラダ 七夕デザート</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">冷やしそうめん バナナ</p>	<p>8 ご飯(胚芽) みそ汁(油揚げ・麩) 中華丼(シイタケ・卵) ゆかり和え チーズ</p> <p><small>【赤】油揚げ、豚肉、あかいか、生、うずら卵、はっ酵乳、EM牛乳、きな粉 【黄】ビスケット、胚芽米、焼きふ、観世ふ、三温糖、くずでん粉、黒砂糖 【緑】こねぎ、葉生、はくさい、生、にんじん、しいたけ、ピーマン、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) 味噌おにぎり</p>
<p>10 ご飯(胚芽) すまし汁(しめじ・えのき・水菜) 松風焼き パパイアイリチー(ツナ) プチトマト</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、まぐろ、缶詰水煮、レウ、EM牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、三温糖、ごま、バター、砂糖 【緑】しめじ、えのき、きょうな、葉生、玉ねぎ、パパイア、にんじん、コマロ、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 若夏ケーキ</p>	<p>11 麦ご飯(胚が米) みそ汁(豆腐・ねぎ・わかめ) 揚げ魚のみぞれ煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) パインアップル</p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 チーズスティック</p>	<p>12 ちりめん寿司(人参) なめこ汁(ネギ) かぼちゃと豚肉のうま煮 すいか</p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 お好み焼き</p>	<p>13 トマトスパゲティ 冬瓜の中華スープ 白和え(人参小松菜) チーズでカルシウム</p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり</p>	<p>14 ロールパン ボルシチ へちまサラダ バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p>15 ご飯(胚芽) みそ汁(チンゲン菜・麩) 鯖の塩焼き きんぴら風煮(いんげん) プルーン</p> <p><small>【赤】さば、生、鶏ひき肉、豚ひき肉 【黄】胚芽米、ふ、三温糖 【緑】チンゲンサイ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) 味噌おにぎり</p>
<p style="text-align: center;">海の日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>18 麦ご飯(胚が米) 絹ごしすまし汁(小松菜) チキンのケチャップ煮 スパゲティサラダ チーズでカルシウム</p> <p><small>【赤】牛乳、豆腐、成鶏、手羽、チーズ、豚ひき肉 【黄】胚芽米、おし麦、スパゲティ麺、三温糖 【緑】コマツナ、玉ねぎ、にんじん、きゅうり、干しぶどう、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">野菜ジュース(P.K) 納豆みそおにぎり</p>	<p>19 ふりかけご飯(胚芽) みそ汁(ジャガイモ・玉ネギ・ネギ) 魚のてんぷら(卵抜き) うんちえー炒め パインアップル</p> <p style="text-align: center;">食育の日</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 枝豆 ふむふむ</p>	<p>20 ご飯(胚芽) みそ汁(もやし・ワカメ) しらす入り卵焼き 誕生会 デークニーイリチー すいか</p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>21 麦ご飯(胚が米) 大豆と鶏肉のカレー 小松菜の和え物(おかか) 白桃</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう メロン</p>	<p>22 ご飯(胚芽) みそ汁(ハチマ・豆腐) チキン照り焼き 人参シリシリ(シラス) オレンジ</p> <p><small>【赤】チーズ、沖縄豆腐、成鶏、もも、しらす、EM牛乳 【黄】胚芽米、ごま油、ライ麦、全粒粉、三温糖 【緑】ハチマ、根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、ネギ、オレンジ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 スコーン(卵抜き)</p>
<p>24 麦ご飯(胚が米) みそ汁(生揚げ・ねぎ) もずく丼 きゅうりともしの和え物 プチトマト</p> <p><small>【赤】牛乳、生揚げ、豚ひき肉、鶏卵、豆乳(ココア)、しらす、チーズ 【黄】胚芽米、おし麦、砂糖、食パン 【緑】ネギ、ワカメ、沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、きゅうり、モヤシ、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ジャコトスト</p>	<p>25 麦ご飯(黒米) そうめん汁 鯖の味噌煮(玉ネギ) オクラ入り麩炒め すいか</p> <p><small>【赤】豆乳、さば、生、豚肉、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、そうめん、三温糖、ふ、バター、オートミール 【緑】ネギ、しょうが、根茎、生、玉ねぎ、オクラ、にんじん、スイカ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 オートミールクッキー</p>	<p>26 ご飯(胚芽) みそ汁(ジャガイモ・ネギ・ワカメ) チキンドルモニコ 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) プルーン</p> <p><small>【赤】牛乳、鶏ささ身、鶏卵、ハム、チーズ、まぐろ、缶詰水煮、レウ、かたくちいわし、煮干し 【黄】胚芽米、じゃが芋、ごま油、三温糖、ごま 【緑】ネギ、ワカメ、ピーマン、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、モヤシ、プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おにぎり(梅しそふりかけ) 煮干し佃煮</p>	<p style="text-align: center;">お弁当の日</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">フルーツ白玉 カルシウムせんべい</p>	<p>28 あわご飯(胚芽米) マーボー豆腐(ヘチマ) 切り干し大根サラダ バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ドラ焼き</p>	<p>29 野菜そば さつまいものゴマ和え オレンジ</p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 パナナケーキ</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

★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

2017年7月分

7-8カ月

月	火	水	木	金	土	
31 全がゆ コーンスープ(キャベツ・冬瓜) ピーマンと魚の味噌炒め 【赤】キングクリップ、豚レバー、きな粉 【黄】全かゆ、三温糖 【緑】とうがんと、コーン、キャベツ、ピーマン、玉ねぎ、にんじん きなこがゆ	汗をかいた後や入浴の後など、のどが渇いているようであれば、水か麦茶などの甘味や刺激のないものを与え脱水に注意しましょう。 市販のスポーツドリンクは糖分や塩分を含むので与えすぎると肥満やむし歯、肝臓に負担を与える事もあります。発熱、下痢など体調の悪い時に適量を利用するのは良いが習慣化しないようにします。また、市販の果汁や甘味飲料も糖度が高く、飲みすぎるとむし歯や、食欲低下、肥満につながるので注意しましょう。					1 全がゆ みそ汁(チンゲン菜・麩) ゴーヤー・チャンプルー炒め煮 バナナ(煮) 【赤】沖縄豆腐、まぐろ、缶詰水煮、しらす 【黄】全かゆ、ふ、胚芽米 【緑】チンゲンサイ、ニガウリ、にんじん、バナナ しらすがゆ
3 全がゆ かつゆーゆー ささみと野菜の炒め煮 【赤】鶏ささ身、調整粉乳 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン、かぼちゃ、生、ブルーベリー かぼちゃとブルーベリーの茶巾	4 全がゆ かつゆーゆー 鮭と野菜の煮物 【赤】べにざけ 【黄】全かゆ 【緑】大根・根・生、にんじん、こまつな、バナナ 焼きバナナ	5 全がゆ みそ汁 豆腐と冬瓜の煮物 【赤】沖縄豆腐 【黄】全かゆ、さつまい 【緑】にんじん、とうがんと、キャベツ さつまい(マッシュ)	6 全がゆ ササミと夏野菜の煮込み 【赤】鶏ささ身、豚レバー、しらす 【黄】全かゆ、バター、じゃが芋、胚芽米 【緑】玉ねぎ、にんじん、ナス、ピーマン、トマト しらすがゆ	7 全がゆ きらきらスープ(オクラ) 七 魚と小松菜のやわらか煮 【赤】豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】オクラ、にんじん、こまつな、玉ねぎ、トマト、きゅうり、バナナ そうめんぶつとるー(とまと) 焼きバナナ	8 全がゆ かつゆーゆー 魚と野菜の煮込み 【赤】キングクリップ、はち麦粉、きな粉 【黄】全かゆ 【緑】キャベツ、にんじん、ピーマン きな粉ヨーグルト	
10 全がゆ かつゆーゆー 鶏そぼろ煮(パパイヤ) プチトマト(煮) 【赤】鶏ひき肉、鶏レバー 【黄】全かゆ 【緑】玉ねぎ、パパイヤ、にんじん、トマト、バナナ 焼きバナナ	11 全がゆ みそ汁(豆腐) 魚のみぞれ煮 野菜炒め煮(もやし・キャベツ) 【赤】沖縄豆腐、キングクリップ、きな粉 【黄】全かゆ、砂糖 【緑】大根、にんじん、キャベツ、モヤシ きなこがゆ	12 しらすがゆ みそ汁(絹ごし) かぼちゃ含め煮 すいか 【赤】しらす、豆腐、若鶏、ささ身、生、脱脂粉乳 【黄】胚芽米 【緑】かぼちゃ、玉ねぎ、スィカ、にんじん、キャベツ ミルク粥(ささみきやべつ)	13 煮込みトマトスパゲティ 冬瓜の中華スープ 白和え(人参小松菜)煮 【赤】鶏ささ身、沖縄豆腐、しらす(切り身) 【黄】スパゲティ、全かゆ 【緑】トマト、ナス、玉ねぎ、とうがんと、こまつな、にんじん 全がゆ(鮭)	14 全がゆ ボルシチ(魚) バナナ(煮) 【赤】キングクリップ、豚レバー、鶏ささ身、脱脂粉乳 【黄】全かゆ、じゃが芋、バター、さつまい 【緑】にんじん、玉ねぎ、さやいんげん、ハチマ、バナナ さつまいとささみのミルク煮	15 全がゆ みそ汁(チンゲンサイ) 魚と野菜のやわらか煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】チンゲンサイ、にんじん、さやいんげん、若ざや、ゆで おじや(白身魚・にんじん)	
17 海の日 	18 全がゆ 絹ごしすまし汁(小松菜) ささみと野菜の炒め煮 【赤】豆腐、鶏ささ身、納豆 【黄】全かゆ 【緑】こまつな、にんじん、玉ねぎ 全粥(納豆)	19 全がゆ みそ汁(ジャガイモ・玉ねぎ・ネギ) 食育 の 日 魚とうんちえーの炒め煮 【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、じゃが芋、胚芽米 【緑】玉ねぎ、にんじん、ようさい、えだまめ しらすがゆ	20 全がゆ みそ汁(もやし) 誕生 会 魚と大根の煮付 すいか 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】モヤシ、にんじん、大根、さやいんげん、スィカ、バナナ 焼きバナナ	21 全がゆ 大豆と魚のトマト煮 【赤】キングクリップ、大豆、調整粉乳 【黄】全かゆ、オートミール 【緑】玉ねぎ、ピーマン、にんじん、トマト、こまつな、メロン オートミール粥 メロン	22 全がゆ みそ汁(ハチマ・豆腐) 鶏ささみの蒸し煮 人参シリシリ(シラス) オレンジ(煮) 【赤】沖縄豆腐、鶏ささ身、しらす、きな粉 【黄】全かゆ、ごま油 【緑】ハチマ、にんじん、オレンジ きなこがゆ	
24 全がゆ みそ汁(豆腐) 魚と野菜のそぼろ煮 プチトマト(煮) 【赤】沖縄豆腐、キングクリップ、しらす、脱脂粉乳 【黄】全かゆ、食パン 【緑】にんじん、モヤシ、ピーマン、赤ピーマン、トマト パンがゆ(しらす)	25 全がゆ そうめん汁(ぶつとるー) 魚のそぼろ味噌煮 すいか 【赤】キングクリップ、調整粉乳 【黄】全かゆ、そうめん、砂糖、オートミール 【緑】オクラ、にんじん、玉ねぎ、スィカ オートミール粥	26 全がゆ みそ汁(ジャガイモ・ワカメ) 鶏ささみの蒸し煮 【赤】鶏ささ身、しらす 【黄】全かゆ、じゃが芋、胚芽米 【緑】ピーマン、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、モヤシ しらすがゆ	27 全がゆ 冬瓜汁 魚と野菜のトマト煮込み 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】とうがんと、かぼちゃ、玉ねぎ、にんじん、トマト、バナナ、みかん、スィカ フルーツ	28 全がゆ マーボー豆腐 バナナ(煮) 【赤】沖縄豆腐、しらす 【黄】全かゆ、砂糖、じゃが芋 【緑】にんじん、玉ねぎ、ハチマ、バナナ じゃがいもマッシュ	29 煮込み野菜そばフットゥル さつまい(マッシュ) オレンジ(煮) 【赤】キングクリップ 【黄】沖縄そば、さつまい 【緑】にんじん、キャベツ、モヤシ、オレンジ、バナナ 焼きバナナ	

※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

《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

2017年7月分

9-11カ月

月	火	水	木	金	土
<p>31 軟飯 コーンスープ(キャベツ冬瓜) ピーマンと豚肉の味噌炒め</p> <p><small>【赤】豚肉、豚レバー、きな粉 【黄】胚芽米、ごま油、三温糖 【緑】とうがんと、コーン、キャベツ、ピーマン、モヤシ、玉ねぎ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">きなこおはぎ</p>	<p>汗をかいた後や入浴の後など、のどが渇いているようであれば、水か麦茶などの甘味や刺激のないものを与え脱水に注意しましょう。</p> <p>市販のスポーツドリンクは糖分や塩分を含むので与えすぎると肥満やむし歯、肝臓に負担を与える事もあります。発熱、下痢など体調の悪い時に適量を利用するのは良いが習慣化しないようにします。また、市販の果汁や甘味飲料も糖度が高く、飲みすぎるとむし歯や、食欲低下、肥満につながるので与える際は注意しましょう。</p> <div style="text-align: right; margin-top: 20px;">  </div>				<p>1 軟飯 みそ汁(チンゲン菜・麩) 切り干し大根炒め煮 白和え(ゴーヤー・人参)煮 バナナ(煮)</p> <p><small>【赤】豚肉、沖繩豆腐、まぐろ、缶詰、しらす 【黄】胚芽米、ふ 【緑】チンゲンサイ、大根、切り干し大根、にがり、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">おにぎり(しらす)</p>
<p>3 軟飯 かちゅーゆー ささみと野菜の炒め煮</p> <p><small>【赤】鶏ささ身、調製粉乳 【黄】胚芽米、野菜入りソフトせんべい 【緑】にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン、かぼちゃ、生、ブルーベリー</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃとブルーベリーの茶巾 野菜入りソフトせんべい</p>	<p>4 軟飯 すまし汁(小松菜・大根) 鮭のマヨネーズ焼き ひじきの炒め煮 オレンジ(煮)</p> <p><small>【赤】べにざけ、脱脂粉乳 【黄】胚芽米、ごま油 【緑】こまつな、大根、玉ねぎ、ひじき、にんじん、えだまめ、オレンジ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">バナナホットケーキ</p>	<p>5 軟飯 みそ汁(豆腐・ワカメ) 鶏と冬瓜の煮物 キャベツの和え物(煮)</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、若鶏・もも、生、きな粉 【黄】胚芽米、さつま芋 【緑】ワカメ、にんじん、とうがんと、キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">さつま芋ときな粉</p>	<p>6 軟飯(麦) ササミと夏野菜の煮込み</p> <p><small>【赤】鶏ささ身、豚レバー、しらす 【黄】胚芽米、おし麦、バター、じゃが芋 【緑】玉ねぎ、にんじん、ナス、ピーマン、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">おにぎり(しらす)</p>	<p>7 軟飯 きらきらスープ(オクラ) ハンバーグ 七夕のサラダ</p> <p><small>【赤】豆腐、牛・ひき肉、生、豚レバー、しらす 【黄】胚芽米、そうめん 【緑】オクラ、にんじん、玉ねぎ、こまつな、コーン、トマト、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめんぷつとるー(とまと) 焼きバナナ</p>	<p>8 軟飯 かちゅーゆー 中華丼 スティックキュウリ</p> <p><small>【赤】豚肉、きな粉、はっ酵乳 【黄】胚芽米、三温糖 【緑】キャベツ、にんじん、ピーマン、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">ヨーグルト蒸しケーキ</p>
<p>10 軟飯 かちゅーゆー 鶏そぼろ煮(パパイヤ) プチトマト(煮)</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、脱脂粉乳 【黄】胚芽米 【緑】玉ねぎ、パパイヤ、にんじん、トマト、バナナ、にがり</small></p> <p style="text-align: center;">若夏ホットケーキ(ゴーヤー・バナナ)</p>	<p>11 軟飯 みそ汁(豆腐・ワカメ) 魚のみぞれ煮 野菜炒め煮(もやしキャベツ)</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、キングクリップ、きな粉 【黄】胚芽米、砂糖、三温糖 【緑】ワカメ、大根、にんじん、キャベツ、モヤシ</small></p> <p style="text-align: center;">きなこおはぎ</p>	<p>12 ちりめん寿司(軟) みそ汁(絹ごし) かぼちゃと豚肉のうま煮 すいか</p> <p><small>【赤】鶏卵、しらす、豆腐、豚・かた・赤肉、生、若鶏・ささ身、生、脱脂粉乳 【黄】胚芽米、砂糖 【緑】にんじん、しそ、葉、かぼちゃ、玉ねぎ、さやいんげん、スイカ、キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">ミルク粥(ささみキャベツ)</p>	<p>13 トマトスパゲティ(煮込み) 冬瓜の中華スープ 白和え(人参小松菜)</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、鶏ささ身、沖繩豆腐、しらす、生(切り身) 【黄】スパゲティ類、ごま油、胚芽米 【緑】トマト、ナス、玉ねぎ、とうがんと、こまつな、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">鮭おにぎり(軟)</p>	<p>14 ロールパン ボルシチ バナナ(煮)</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、生、豚レバー、鶏ささ身、脱脂粉乳 【黄】ロールパン、じゃが芋、バター、さつま芋 【緑】にんじん、玉ねぎ、さやいんげん、ハチマ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">さつま芋とささみのミルク煮</p>	<p>15 軟飯 みそ汁(チンゲン菜・麩) 鯖の塩焼き きんぴら煮</p> <p><small>【赤】さば、生、鶏ひき肉、キングクリップ 【黄】胚芽米、ふ 【緑】チンゲンサイ、ごぼう、にんじん、さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(人参白身魚)</p>
<p>17 海の日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>18 軟飯(麦) 絹ごしすまし汁(小松菜) ささみと野菜の炒め煮</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏ささ身 【黄】胚芽米、おし麦 【緑】こまつな、にんじん、玉ねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">軟飯(納豆)</p>	<p>19 軟飯 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ・ネギ) 魚のソテー うんちえー炒め</p> <p style="text-align: center;">食育の日</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚かた肉、生、しらす 【黄】胚芽米、じゃが芋、ごま油、三温糖 【緑】玉ねぎ、ようさい、にんじん、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">しらすと枝豆のおにぎり</p>	<p>20 軟飯 みそ汁(もやし・ワカメ) 誕生会 魚と大根の煮付 すいか</p> <p><small>【赤】キングクリップ、脱脂粉乳 【黄】胚芽米 【緑】モヤシ、ワカメ、にんじん、大根、さやいんげん、スイカ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">バナナホットケーキ</p>	<p>21 軟飯(麦) 大豆と鶏肉のトマト煮 小松菜の和え物(おかか)煮</p> <p><small>【赤】鶏肉、大豆、調製粉乳 【黄】胚芽米、おし麦、オートミール 【緑】玉ねぎ、ピーマン、セロリ、生、にんじん、トマト、こまつな、メロン</small></p> <p style="text-align: center;">オートミール粥 メロン</p>	<p>22 軟飯 みそ汁(ハチマ・豆腐) 鶏ささみの蒸し煮 人参シリシ(シラス) オレンジ(煮)</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、鶏ささ身、しらす、きな粉 【黄】胚芽米、ごま油、三温糖 【緑】ハチマ、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">きなこおはぎ</p>
<p>24 軟飯(麦) みそ汁(豆腐・ワカメ) あんかけ丼 プチトマト(煮)</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚ひき肉、鶏卵、しらす、チーズ 【黄】胚芽米、おし麦、砂糖、食パン 【緑】ワカメ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、モヤシ、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">じゃこトースト</p>	<p>25 軟飯 そうめん汁 鯖の味噌煮(玉ネギ) オクラ入り麩炒め煮 すいか</p> <p><small>【赤】さば、生、豚かた肉、生、調製粉乳 【黄】胚芽米、そうめん、三温糖、ふ、オートミール 【緑】しょうが、根茎、生、玉ねぎ、オクラ、にんじん、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">オートミール粥</p>	<p>26 軟飯 みそ汁(じゃがいも・ワカメ) 鶏ささみの蒸し煮(チーズ)</p> <p><small>【赤】鶏ささ身、チーズ、しらす 【黄】胚芽米、じゃが芋 【緑】ワカメ、ピーマン、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、モヤシ</small></p> <p style="text-align: center;">おにぎり(しらす・雞)</p>	<p>27 軟飯 タコライス すまし汁(冬瓜) かぼちゃ含め煮</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、生、キングクリップ 【黄】胚芽米 【緑】玉ねぎ、にんじん、レタス、生、トマト、とうがんと、かぼちゃ、バナナ、みかん、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">フルーツ おじや(人参白身魚)</p>	<p>28 軟飯(あわ・胚芽) マーボー豆腐(ハチマ) バナナ(煮)</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚ひき肉、豚レバー、しらす 【黄】胚芽米、砂糖、ごま油、じゃが芋 【緑】にんじん、玉ねぎ、しょうが、ハチマ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">じゃがいもの落とし焼き</p>	<p>29 煮込み野菜そば ふかし芋 オレンジ(煮)</p> <p><small>【赤】豚・かた・赤肉、生、脱脂粉乳 【黄】沖繩そば、さつま芋 【緑】にんじん、キャベツ、モヤシ、オレンジ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">バナナ蒸しパン</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

★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》