

予 定 献 立 表

白鳥保育園

2019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。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、親子で料理を楽しんだり、子どもたちが食に興味をもつ機会を作っていただけると幸いです。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 ご飯 かきたま汁(レタス) なすの挽き肉炒め 土佐和え オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏卵 豚ひき肉 豚肉 【黄】胚芽米 ミルミル 【緑】レタス・生・ナス にんじん たまねぎ きゅうり オレンジ、しいたけ かしな</small></p> <p style="text-align: right;"><small>ミルミル ポロポロジュースー</small></p>
<p>3 ご飯 みそ汁(わかめ、麩) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(もやし、ピーマン) バナナ</p> <p><small>【赤】成鶏・手羽・生・豚肉、ツナ、チーズ 【黄】胚芽米、生 【緑】わかめ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、りよくとうもろこし、ピーマン、バナナ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: right;"><small>麦茶 ツナマヨおにぎり チーズでカルシウム</small></p>	<p>4 あわご飯 魚汁(カラシ) ゴーヤーチャンプルー 茹でコーン 果物ゼリー(歯と口の健康週間)</p> <p><small>【赤】たい、沖縄豆腐、豚肉、みどり調整豆乳、脱脂粉乳、鶏卵 【黄】胚芽米、ゼリー、砂糖、バター 【緑】からし、たまねぎ、にんじん、ニガウリ、スイートコーン、かぼちゃ、生、バナナ</small></p> <p style="text-align: right;"><small>みどり調整豆乳 かぼちゃケーキ</small></p>	<p>5 ふりかけご飯 ミネストローネ トンカツ もーいとの和え物</p> <p><small>【赤】豚肉、豚・ヒレ・赤肉・生、EM牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、じゃが芋、砂糖、くず、でん粉、黒砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、トマト、モウイ、みかん</small></p> <p style="text-align: right;"><small>パンダ牛乳 黒糖くずもち</small></p>	<p>6 ご飯 みそ汁(チンゲン菜、油揚げ) 豆腐ハンバーグ トマトサラダ りんご</p> <p><small>【赤】油揚げ、沖縄豆腐、ツナ、鶏卵・生、豚ひき肉、煮干し 【黄】胚芽米、三温糖、オリーブ油、砂糖 【緑】チンゲンサイ、にんじん、トマト、オクラ、わかめ、りんご</small></p> <p style="text-align: right;"><small>麦茶 味噌おにぎり 煮干し佃煮</small></p>	<p>7 ロールパン チキンチャウダー 小松菜の和え物 おさつスティック</p> <p><small>【赤】若鶏もも、豚肉、牛乳、クリーム、グリーンピース 【黄】ロールパン、じゃが芋、オリーブ油、バター 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリー、生、こまつな、りよくとうもろこし、えだまめ</small></p> <p style="text-align: right;"><small>EM酪農牛乳 かりんとう 枝豆</small></p>	<p>8</p> <h2 style="font-size: 2em;">お弁当</h2> <h3 style="font-size: 1.5em;">午前保育</h3>	
<p>10 納豆ごはん ちむしんじ デークニーイリチー オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆、豚肉、豚ヒレ、豚肉、EM牛乳、鶏卵・生、ウインナー、生乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋 【緑】にんじん、ネギ、にんにく、大根、さやいんげん、オレンジ、キャベツ</small></p> <p style="text-align: right;"><small>EM酪農牛乳 きゃべつマフィン</small></p>	<p>11 ご飯 みそ汁(チンゲン菜、じゃが芋) 鯖のカレー焼 野菜炒め(アロココリー) りんご</p> <p><small>【赤】さば・生、豚ひき肉、EM牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、やま芋、砂糖 【緑】チンゲンサイ、にんじん、りよくとうもろこし、ブロッコリー、生、りんご</small></p> <p style="text-align: right;"><small>パンダ牛乳 人参かるかん</small></p>	<p>12 お弁当会</p>  <p style="text-align: right;"><small>麦茶 青菜おにぎり チーズで鉄</small></p>	<p>13 あじさいご飯 みそ汁(山東菜、花麩) 鮭の照り焼き プチトマト ゴマなしミニフィッシュ</p> <p><small>【赤】アジサイ、しらす、EM牛乳、豆腐、きな粉 【黄】胚芽米、砂糖、ごま、三温糖 【緑】にんじん、きゅうり、さんとうさい、葉・生、トマト</small></p> <p style="text-align: right;"><small>パンダ牛乳 もちもちドーナツ</small></p>	<p>14 麦ご飯 ポークビーンズ しらすのサラダ 愛媛県産甘夏フレッシュ</p> <p><small>【赤】大豆、豚ひき肉、豚ヒレ、しらす、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、パゲティ、さつま芋、黒砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、こまつな、コーン</small></p> <p style="text-align: right;"><small>EM酪農牛乳 蒸し芋 黒糖</small></p>	<p>15 ご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) 炒りどり オクラの梅和え ブルー</p> <p><small>【赤】鶏肉 【黄】胚芽米、さといも 【緑】かぼちゃ、生、しめじ、ネギ、にんじん、ごぼう、たけのこ、しいたけ、さやいんげん、オクラ、梅干し、ブルー</small></p> <p style="text-align: right;"><small>白ウドウ&ほうれん草 ふりかけおにぎり</small></p>	
<p>17 ご飯 みそ汁(大根、わかめ) 豚肉のしょうが焼 白和え(ほうれん草、人参) ミネゼリー(白桃)</p> <p><small>【赤】豚肉、沖縄豆腐、ツナ、しらす、煮干し 【黄】胚芽米、砂糖 【緑】大根、わかめ、たまねぎ、ピーマン、しょうが、ほうれん草、葉、にんじん、コーン</small></p> <p style="text-align: right;"><small>麦茶 コーンおむすび 煮干し佃煮</small></p>	<p>18 ご飯 三色そぼろ(鶏ひき肉) すまし汁(ちくわ、玉ネギ、カワイ) きゅうりともやしの和え物 ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏ヒレ、鶏卵、竹輪、EM牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、食パン、バター、ゴマペースト 【緑】からし、たまねぎ、かいわれ大根、きゅうり、りよくとうもろこし、ぶどう</small></p> <p style="text-align: right;"><small>EM酪農牛乳 練りゴマトースト</small></p>	<p>19 ご飯 食 生 会 そうめん汁 きびなご唐揚げ の パパイイリチー 日 パインアップル</p> <p><small>【赤】豚肉、EM牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、そうめん、黒砂糖 【緑】ネギ、ハバタイ、にんじん、ニラ、パン</small></p> <p style="text-align: right;"><small>パンダ牛乳 そペポーポー</small></p>	<p>20 あわご飯 みそ汁(冬瓜、えのき) ゴーヤーオムレツ 野菜炒め(もやし、ピーマン、青菜) オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏卵、チーズ、豚肉、EM牛乳 【黄】胚芽米、オリーブ油、ケーキ 【緑】とうがん、えのき、ネギ、ニガウリ、たまねぎ、赤ピーマン、にんにく、にんじん、チンゲンサイ、りよくとうもろこし、オレンジ</small></p> <p style="text-align: right;"><small>パンダ牛乳 誕生会ケーキ</small></p>	<p>21 麦ご飯 ハヤシライス おからサラダ チーズで鉄</p> <p><small>【赤】豆乳、牛肉、鶏ヒレ、かまこ、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、きゅうり、コーン、バナナ</small></p> <p style="text-align: right;"><small>EM酪農牛乳 はちや棒 バナナ</small></p>	<p>22 野菜そば 大豆サラダ りんご</p> <p><small>【赤】豚・かたがね、大豆、EM牛乳、鮭フレーク 【黄】沖縄そば、砂糖、ごま油、胚芽米 【緑】にんじん、キャベツ、りよくとうもろこし、トマト、きゅうり、ひじき、りんご、焼きのり</small></p> <p style="text-align: right;"><small>パンダ牛乳 鮭おにぎり</small></p>	
<p>24 ご飯 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】凍り豆腐、豚・もも・生、EM牛乳、脱脂乳、鶏卵 【黄】胚芽米、三温糖、じゃが芋、バター、砂糖 【緑】とうがん、ネギ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり、トマト</small></p> <p style="text-align: right;"><small>パンダ牛乳 シリアルクッキー</small></p>	<p>25 ご飯 みそ汁(へちま、絹ごし) 魚のオランダ揚げ ひじき炒め バナナ</p> <p><small>【赤】豆、生、ツナ、グリンピース、豚肉、豚ひき肉、煮干し 【黄】胚芽米、三温糖、砂糖 【緑】へちま、しめじ、にんじん、パセリ、ひじき、さやいんげん、バナナ、ネギ、焼きのり</small></p> <p style="text-align: right;"><small>麦茶 納豆みそおにぎり 煮干し佃煮</small></p>	<p>26 梅入り混ぜご飯 ソーキ汁 キャベツの和え物 メロン</p> <p><small>【赤】豚肉、ソーキ、しらす、シリア、豚肉、さくらえび 【黄】胚芽米、ごま、中華めん、ゆで、ごま油 【緑】梅干し、しそ、葉、なが昆布、にんじん、大根、しいたけ、キャベツ、きゅうり、メロン、たまねぎ、ピーマン</small></p> <p style="text-align: right;"><small>シリア(白アツク) 焼きそば</small></p>	<p>27 ご飯 すまし汁(大根、わかめ、ねぎ) 鯖の味噌煮 野菜炒め(もやし、インゲン) りんご</p> <p><small>【赤】さば・生、豚肉、EM牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、もち米、ごま 【緑】大根、わかめ、ねぎ、しょうが、たまねぎ、にんじん、キャベツ、りよくとうもろこし、さやいんげん、りんご</small></p> <p style="text-align: right;"><small>EM酪農牛乳 五平餅</small></p>	<p>28 麦ご飯 ベジタブルカレー モズクの酢の物</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚ヒレ、牛乳、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、三温糖、食パン 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、トマト、キャベツ、にんにく、きゅうり、沖縄もずく、みかん、ブルーベリー、ジャム</small></p> <p style="text-align: right;"><small>みどり調整豆乳 ジャムパン</small></p>	<p>29 ご飯 みそ汁(生揚げ) 中華丼 インゲンのおかか和え パイン缶</p> <p><small>【赤】生揚げ、豚肉、EM牛乳、牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、三温糖、さつま芋、砂糖、バター 【緑】こねぎ、葉・生、はくさい、生、にんじん、しいたけ、ピーマン、さやいんげん、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: right;"><small>パンダ牛乳 さつま芋のガレット</small></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

白鳥保育園

2019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。また、6月4日～10日は歯と口の健康週間です。毎日の歯磨きを、親子の楽しいスキンシップの時間にし、歯を大切にしましょう。</p>						<p>1 全がゆ かちゆーゆー 魚と野菜の煮物 オレンジ</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】にんじん、ナス、たまねぎ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: right;"><small>ポロポロジュシー</small></p>
<p>3 全がゆ みそ汁(わかめ、麩) ササミと野菜の炒め煮 バナナ</p> <p><small>【赤】鶏ささ身、しらす 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】にんじん、キャベツ、たまねぎ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>しらすがゆ</small></p>	<p>4 全がゆ かちゆーゆー 魚とコーンの野菜煮 オレンジ</p> <p><small>【赤】たいヨーグルト、調製粉乳 【黄】全かゆ、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、スイートコーン、オレンジ、かぼちゃ-生</small></p> <p style="text-align: center;"><small>かぼちゃポタージュ パンがゆ</small></p>	<p>5 全がゆ 野菜スープ 煮やっこ</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ、じゃが芋、そうめん 【緑】にんじん、たまねぎ、トマト</small></p> <p style="text-align: center;"><small>そうめん汁(納豆)</small></p>	<p>6 全がゆ みそ汁(チンゲン菜) 豆腐とトマトの野菜煮 りんご</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、しらす 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】チンゲンサイ、トマト、オクラ、にんじん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;"><small>しらすがゆ(人参)</small></p>	<p>7 全がゆ(青菜) 魚と根菜のミルク煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ、調製粉乳 【黄】全かゆ、じゃが芋、オートミール 【緑】こまつな、たまねぎ、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>オートミール粥</small></p>	<p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">お弁当</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">午前保育</p>	
<p>10 全がゆ みそ汁 納豆の野菜煮 オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆チーズ 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】にんじん、大根、さやいんげん、キャベツ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>チーズがゆ(キャベツ)</small></p>	<p>11 全がゆ みそ汁(チンゲン菜、じゃが芋) 魚と野菜煮 りんご</p> <p><small>【赤】キングクリップチーズ 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】チンゲンサイ、にんじん、ブロッコリー-生、りんご</small></p> <p style="text-align: center;"><small>じゃがいもマッシュ</small></p>	<p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">お弁当会</p>  <p style="text-align: center;"><small>しらすがゆ(青菜)</small></p>	<p>13 全がゆ(人参) かちゆーゆー 鮭の野菜煮</p> <p><small>【赤】しらすがゆ-生、豆腐 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】にんじん、トマト、さんとうさい、葉-生</small></p> <p style="text-align: center;"><small>そうめん汁(豆腐)</small></p>	<p>14 全がゆ しらすと野菜の煮込み りんご</p> <p><small>【赤】しらす 【黄】全かゆ、さつまい 【緑】にんじん、たまねぎ、こまつな、りんご</small></p> <p style="text-align: center;"><small>ふかし芋(マッシュ) 野菜スープ</small></p>	<p>15 全がゆ(かぼちゃ) かちゆーゆー 鶏そぼろ煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉 【黄】全かゆ、さといも、胚芽米 【緑】かぼちゃ-生、にんじん、さやいんげん、オクラ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>ネバネバがゆ</small></p>	
<p>17 全がゆ みそ汁(大根) 魚と野菜の煮物</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】大根、にんじん、ほうれんそう、葉、たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>しらすがゆ(青菜)</small></p>	<p>18 三色がゆ すまし汁(玉ネギ) きゅうりのだし煮 ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏卵、卵黄、調製粉乳、キングクリップ 【黄】全かゆ、食パン 【緑】からしな、たまねぎ、きゅうり、ぶどう、わかめ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>パンがゆ わかめスープ</small></p>	<p>19 全がゆ 食育 そうめん汁 魚と野菜の煮物 の 日</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、そうめん、胚芽米 【緑】こまつな、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;"><small>リゾット(小松菜)</small></p>	<p>20 全がゆ みそ汁(冬瓜) 絹ごし豆腐と野菜の煮物 オレンジ</p> <p><small>【赤】豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】とうがん、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>おじや(白身魚)</small></p>	<p>21 全がゆ ささみと野菜の煮込み</p> <p><small>【赤】鶏ささ身、調製粉乳 【黄】全かゆ、じゃが芋、オートミール 【緑】たまねぎ、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>オートミール粥(バナナ)</small></p>	<p>22 煮込み野菜そば アツクルー りんご</p> <p><small>【赤】キングクリップ、ベにぎげ、鶏卵、卵黄 【黄】沖縄そば、全かゆ 【緑】にんじん、キャベツ、トマト、りんご</small></p> <p style="text-align: center;"><small>全がゆ(鮭) 野菜スープ</small></p>	
<p>24 全がゆ みそ汁(冬瓜) 高野豆腐と野菜のうま煮 りんご</p> <p><small>【赤】凍り豆腐、しらす 【黄】全かゆ 【緑】とうがん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ-生、りんご</small></p> <p style="text-align: center;"><small>かぼちゃマッシュ</small></p>	<p>25 全がゆ みそ汁(へちま、絹ごし) 魚と人参のそぼろ煮 バナナ</p> <p><small>【赤】豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】へちま、にんじん、さやいんげん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>納豆がゆ</small></p>	<p>26 全がゆ 魚と大根の煮物 メロン</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】にんじん、大根、キャベツ、メロン、たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;"><small>そうめん汁</small></p>	<p>27 全がゆ すまし汁(大根) 煮やっこ 野菜煮 りんご</p> <p><small>【赤】豆腐、きな粉 【黄】全かゆ 【緑】大根、キャベツ、にんじん、さやいんげん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;"><small>きなこがゆ</small></p>	<p>28 全がゆ 魚と野菜の煮込み バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、調製粉乳 【黄】全かゆ、じゃが芋、食パン 【緑】かぼちゃ-生、たまねぎ、キャベツ、バナナ、トマト</small></p> <p style="text-align: center;"><small>パンがゆ 野菜スープ</small></p>	<p>29 全がゆ かちゆーゆー 豆腐と白菜のトロトロ</p> <p><small>【赤】豆腐、ヨーグルト、きな粉 【黄】全かゆ、さつまい 【緑】はくさい-生、にんじん、さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;"><small>さつまいのヨーグルト添え</small></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