

予 定 献 立 表

2019年7月分

白鳥保育園

月	火	水	木	金	土	
<p>1 ご飯 みそ汁(白菜,しめじ) 桜えび入り卵焼き クービーリチー バナナ</p> <p><small>【赤】鶏卵,さくらえび,豚肉,カマホコ,EM牛乳,しらす 【黄】胚芽米,こんにやく,三温糖,ごま油 【緑】はくさい,生,しめじ,ネギ,昆布,しいたけ,にんじん,バナナ,ニラ,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 チヂミ</p>	<p>2 あわご飯 みそ汁(えのき,冬瓜) 鶏のから揚げ 野菜炒め(人参,ピーマン) すいか</p> <p><small>【赤】鶏・もも,ツナ缶,チーズ 【黄】胚芽米 【緑】えのき,とうがん,ワカメ,ネギ,にんじん,ピーマン,キャベツ,スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>3 ご飯 すまし汁(チンゲン菜,大根) 魚のポテトクリーム焼き インゲンのごま和え オレンジ</p> <p><small>【赤】べにざけ,EM牛乳,豆乳,きな粉 【黄】胚芽米,じゃが芋,ごま,クオ,砂糖 【緑】チンゲンサイ,大根,コーン,たまねぎ,さやいんげん,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 豆乳のくずもち</p>	<p>4 親子どんぶり 小松菜の和え物(おかか) ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏卵,EM牛乳 【黄】胚芽米,おし麦 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,こまつな,りよくとうもやし,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 紅芋パン</p>	<p>5 ご飯(ゆかり) きらきらスープ(オクラ) チーズハンバーグ 献立 シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豆腐,牛・ひき肉,豚レバー,ハム 【黄】胚芽米,三温糖,そうめん,星型せんべい 【緑】オクラ,にんじん,たまねぎ,キャベツ,コーン,きゅうり,トマト,みかん</small></p> <p style="text-align: center;">冷やしそうめん 星型せんべい</p>	<p>6 ご飯 レバーのカレー揚げ モーウィとコーンの胡麻和え</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.2em;">午前保育</p>	
<p>8 ご飯 みそ汁(キャベツ,生揚げ) 松風焼き きゅうりともやしの和え物 プルーン</p> <p><small>【赤】生揚げ,鶏ひき肉,鶏レバー,EM牛乳 【黄】胚芽米,三温糖,ごま 【緑】キャベツ,たまねぎ,きゅうり,りよくとうもやし,プルーン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 米粉のバナナ蒸しケーキ</p>	<p>9 ご飯 みそ汁(冬瓜,ねぎ) 鯖の香味焼き 野菜炒め(キャベツ,インゲン) パインアップル</p> <p><small>【赤】さば,豚肉,EM牛乳,ツナ缶 【黄】胚芽米,三温糖 【緑】とうがん,ネギ,にんじん,キャベツ,さやいんげん,りよくとうもやし,パイン,ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ひらやちー</p>	<p>10 トマトスパゲティ 豚肉と白菜のスープ さつまいもの甘辛煮 チーズでカルシウム</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚かた肉,チーズ,煮干し 【黄】スパゲティ麺,ごま油,さつまいも,胚芽米,三温糖,砂糖 【緑】トマト,たまねぎ,しめじ,はくさい,にんじん,ネギ,焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり 煮干し佃煮</p>	<p>11 ご飯 みそ汁(へちま,豆腐) わかさぎのカレー揚げ パパイヤリチー りんご</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,わかさぎ,豚肉,EM牛乳 【黄】胚芽米,砂糖,バター 【緑】へちま,パパイヤ,にんじん,ニラ,りんご,かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 かぼちゃクッキー</p>	<p>12 ロールパン クリームシチュー(豚肉) キャベツのゴマ和え バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた,豚レバー,クリーム,牛乳,EM牛乳 【黄】ロールパン,じゃが芋,バター,ごま 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ,さやいんげん,キャベツ,バナナ,スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒棒 茹でコーン</p>	<p>13</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.2em;">お弁当</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.2em;">午前保育</p>	
<p>15</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.5em;">海の日</p> 	<p>16 納豆ごはん イナムドチ ゴーヤーチャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆,豚肉,カマホコ,沖縄豆腐,豚肉,EM牛乳,チーズ 【黄】胚芽米,こんにやく,強力粉,バター 【緑】大根,しいたけ,たまねぎ,にんじん,ニガウリ,オレンジ,にんじん,ジュース</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズスティック</p>	<p>17 ご飯 かきたま汁(レタス) 鮭のマヨネーズ焼き 赤瓜の煮つけ ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏卵,べにざけ,豚肉,しらす,油揚げ 【黄】胚芽米,三温糖,ごま,砂糖 【緑】レタス,生,しめじ,たまねぎ,モウイ,にんじん,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 アーモンドミニフィッシュ</p>	<p>18 あわご飯 みそ汁(小松菜,麩) レバーの炒め物 ワカメと春雨のサラダ すいか</p> <p><small>【赤】豚レバー,ツナ缶,EM牛乳 【黄】胚芽米,ふ,三温糖,はるさめ,ケーキ 【緑】こまつな,にんじん,たまねぎ,りよくとうもやし,ニラ,にんにく,きゅうり,ワカメ,トマト,スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>19 もずく丼 食育の日 オクラの梅和え シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,鶏卵,EM牛乳 【黄】胚芽米,おし麦,砂糖,さつまいも,黒砂糖 【緑】沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,オクラ,梅干し</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p>20 沖縄そば へちまサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,カマホコ,鶏卵,ツナ缶,EM牛乳 【黄】沖縄そば,砂糖,オリーブ油,胚芽米 【緑】ネギ,へちま,コントマト,レモン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 ふりかけおにぎり</p>	
<p>22 ご飯 みそ汁(チンゲン菜,じゃが芋) チキンマレード煮 オクラ入り麩炒め プチトマト</p> <p><small>【赤】鶏・手羽,豚肉 【黄】胚芽米,じゃが芋,ふ,ごま 【緑】チンゲンサイ,オレンジ・マレード,オクラ,にんじん,トマト,梅干し,しそ,葉,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(ピーチ) 梅しそおにぎり</p>	<p>23 ご飯 みそ汁(小松菜,しめじ) 豆腐と鯖のハンバーグ 野菜炒め(もやし,ひじき) ぶどう</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,さば缶詰,豚肉,EM牛乳,鶏卵,チーズ 【黄】胚芽米,砂糖 【緑】こまつな,しめじ,にんじん,ネギ,しょうが,キャベツ,りよくとうもやし,ひじき,ぶどう,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 コーンのお焼き</p>	<p>24 まぜご飯 すまし汁(冬瓜,ねぎ) 白和え(ゴーヤー,人参) バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,さくらえび,鶏卵,沖縄豆腐,ツナ缶,EM牛乳 【黄】胚芽米,砂糖,白玉粉,三温糖,バター,ココナツパウダー 【緑】ひじき,にんじん,からしな,とうがん,ネギ,ニガウリ,りんご,かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ココナツもちケーキ</p>	<p>25 お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">麦茶 クファジュシーおにぎり</p>	<p>26 麦ご飯 チキンカレー フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏レバー,ヨーグルト,みどり調整豆乳 【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,バター,食パン 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,みかん,バナナ,干しぶどう,いちご,ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ジャムパン</p>	<p>27 ご飯 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) 茹で卵 チンジャオロース オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏卵,豚肉,EM牛乳 【黄】胚芽米,砂糖,ごま油,ライ麦・全粒粉,三温糖 【緑】しめじ,えのき,きょうな,しょうが,りよくとうもやし,たけのこ水煮,ピーマン(赤,黄,緑),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</p>	
<p>29 ご飯 みそ汁(山東菜,麩) 生揚げのそぼろ煮 きゅうり和え(オクラ) プルーン</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,生揚げ,ツナ缶,煮干し 【黄】胚芽米,ふ,はるさめ,三温糖,砂糖 【緑】さんとうさい,にんじん,さやいんげん,きゅうり,オクラ,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり 煮干し佃煮</p>	<p>30 タコライス すまし汁(小松菜,冬瓜) 枝豆 バナナ</p> <p><small>【赤】牛ひき肉,豚レバー,みどり調整豆乳 【黄】胚芽米,はちみつ,バター 【緑】にんにく,たまねぎ,にんじん,レタス,トマト,こまつな,とうがん,えだまめ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 米粉ホットケーキ(コア)</p>	<p>31 あわご飯 そば汁 からし菜チャンプルー かぼちゃ含め煮 すいか</p> <p><small>【赤】カマホコ,沖縄豆腐,豚肉,EM牛乳,しらす,チーズ 【黄】胚芽米,沖縄そば-生,食パン 【緑】ネギ,からしな,にんじん,かぼちゃ,スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 じゃこトースト</p>	<p>～簡単にできる楽しい食育～</p> <p>子どもたちが食材に触れることは、食べ物に興味・関心を持つきっかけになります。旬のとうもろこしや枝豆を給食に取り入れるとき、園児に皮むきなどの下処理をしてもらうことがあります。子どもたちは本当に楽しそうにお手伝いしてくれます。ご家庭でもおすすめの食育です😊</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7月分

7~8か月

月	火	水	木	金	土
<p>1 全がゆ かちゆーゆー 豆腐と白菜の煮物 バナナ</p> <p><small>【赤】豆腐,しらす 【黄】全かゆ,胚芽米 【緑】はくさい・生,にんじん,コーン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">コーンとしらすがゆ</p>	<p>2 全がゆ みそ汁(冬瓜) ササミと野菜の煮込み すいか(煮)</p> <p><small>【赤】鶏ささ身,チーズ 【黄】全かゆ 【緑】とうがん,にんじん,キャベツ,スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">チーズがゆ</p>	<p>3 全がゆ すまし汁(チンゲン菜,大根) 鮭と野菜の煮物 オレンジ</p> <p><small>【赤】べにざけ,しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】チンゲンサイ,大根,たまねぎ,さやいんげん,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">じゃがいもマッシュ</p>	<p>4 全がゆ(青菜) 鶏ささみの煮込み</p> <p><small>【赤】鶏ささ身,調製粉乳 【黄】全かゆ,食パン 【緑】こまつな,にんじん,たまねぎ,ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">パンがゆ 野菜スープ</p>	<p>5 全がゆ きらきらスープ(オクラ) 煮やっこ 野菜煮 バナナ</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ,そうめん 【緑】オクラ,にんじん,キャベツ,コーン,トマト,きゅうり,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめんぶつとう一(とまと)</p>	<p>6 全がゆ かちゆーゆー 魚と野菜の煮物</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">午前保育</p>
<p>8 全がゆ みそ汁(キャベツ) 鶏肉と野菜そぼろ煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,調製粉乳 【黄】全かゆ,オートミール 【緑】キャベツ,たまねぎ,きゅうり,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">オートミール粥(バナナ)</p>	<p>9 全がゆ みそ汁(冬瓜) 魚と野菜の煮込み リンゴ</p> <p><small>【赤】キングクリップ,しらす 【黄】全かゆ,胚芽米 【緑】とうがん,キャベツ,にんじん,さやいんげん,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p>	<p>10 芋がゆ 白菜のスーフ 豆腐の野菜そぼろあん</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ,さつま芋,胚芽米 【緑】はくさい・生,にんじん,たまねぎ,トマト,ナス</small></p> <p style="text-align: center;">納豆がゆ</p>	<p>11 全がゆ みそ汁(豆腐) 魚と野菜の煮物 りんご</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,キングクリップ,ヨーグルト,調製粉乳 【黄】全かゆ,食パン 【緑】ヘチマ,にんじん,りんご,かぼちゃ・生</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃポタージュ パンがゆ</p>	<p>12 全がゆ ササミと野菜のミルク煮 バナナ</p> <p><small>【赤】鶏ささ身,調製粉乳,しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋,胚芽米 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,バナナ,スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(キャベツ)</p>	<p>13</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>15</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.5em; font-weight: bold;">海の日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>16 全がゆ 煮やっこ 紅白煮 オレンジ</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ,胚芽米 【緑】大根,にんじん,オレンジ,ワカメ</small></p> <p style="text-align: center;">納豆がゆ</p>	<p>17 全がゆ かちゆーゆー 鮭と野菜の煮つけ ぶどう</p> <p><small>【赤】べにざけ,しらす 【黄】全かゆ,胚芽米 【緑】モウイ,たまねぎ,にんじん,レタス・生,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">しらすがゆ ぶどう</p>	<p>18 全がゆ みそ汁(小松菜,麩) 魚と野菜の煮込み すいか</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.5em; font-weight: bold;">誕生会</p> <p><small>【赤】キングクリップ,しらす,チーズ 【黄】全かゆ,ふ,胚芽米 【緑】こまつな,たまねぎ,にんじん,きゅうり,スイカ,トマト</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(トマト・チーズ)</p>	<p>19 全がゆ 食 マーボー豆腐 育 オレンジ の 日</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ,さつま芋 【緑】オクラ,にんじん,赤ピーマン,オレンジ,たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">ふかし芋(マッシュ) 野菜スープ</p>	<p>20 全がゆ 魚のトマト煮込み バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ,しらす,鶏卵・卵黄・生 【黄】全かゆ,バター,胚芽米 【緑】ヘチマ,トマト,コーン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">しらすがゆ すまし汁</p>
<p>22 全がゆ みそ汁(チンゲン菜,じゃが芋) 鶏ひき肉と野菜の煮物</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,キングクリップ 【黄】全かゆ,じゃが芋,胚芽米 【緑】チンゲンサイ,にんじん,オクラ,トマト</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(白身魚)</p>	<p>23 全がゆ みそ汁(小松菜) 魚のそぼろ煮 ぶどう</p> <p><small>【赤】キングクリップ,チーズ 【黄】全かゆ 【緑】こまつな,キャベツ,にんじん,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">チーズがゆ(こまつな)</p>	<p>24 人参がゆ 冬瓜の煮物 煮やっこ バナナ</p> <p><small>【赤】豆腐,しらす 【黄】全かゆ 【緑】にんじん,とうがん,かぼちゃ・生,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃマッシュ</p>	<p>25 お弁当会</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">ポロポロジュシー(魚)</p>	<p>26 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】胚芽米,おし麦,じゃが芋,バター,食パン 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">パンがゆ 野菜スープ</p>	<p>27 全がゆ かちゆーゆー 豆腐の野菜そぼろあん オレンジ</p> <p><small>【赤】豆腐,調製粉乳 【黄】全かゆ,コーンフレーク 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,黄ピーマン・生,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">コーンフレーク粥</p>
<p>29 全がゆ みそ汁(山東菜,麩) 豆腐と野菜の煮物</p> <p><small>【赤】豆腐,しらす 【黄】全かゆ,ふ,胚芽米 【緑】さんとうさい・葉・生,にんじん,オクラ</small></p> <p style="text-align: center;">しらすがゆ(オクラ)</p>	<p>30 全がゆ 魚と野菜のトマト煮込み すまし汁(小松菜,冬瓜) バナナ</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】にんじん,たまねぎ,トマト,こまつな,とうがん,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(豆腐)</p>	<p>31 全がゆ かちゆーゆー そぼろ煮 すいか</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,しらす,調製粉乳 【黄】全かゆ,食パン 【緑】ナス,にんじん,スイカ,かぼちゃ・生</small></p> <p style="text-align: center;">パンがゆ(しらす) かぼちゃスープ</p>	<p>☺...☺...☺...☆...☺...☺...☺... ☺...☺...☺...☆...☺...☺...☺... ☺...☺...☺...☆...☺...☺...☺...</p> <p style="font-size: 1.2em; font-weight: bold;">睡眠リズムは小さいうちから</p> <p>人間はおひさまが昇ったら起きて、沈んだら寝る昼行性の動物です。ですから起きている間にしっかり活動し食事をして、夜は十分に寝ることが子供の成長にとって何より大切です。毎日、同じ時間に夕食を食べ、同じ時間にお風呂に入り、同じ時間に寝るといった生活リズムの繰り返しで子供の脳を育てます。やがて離乳食が完了するころには、一晩ぐっすり眠る力が育っていることでしょう。</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7月分

9～11か月

月	火	水	木	金	土
<p>1 軟飯 みそ汁(白菜,しめじ) お焼き 人参シソ バナナ</p> <p><small>【赤】しらす 【黄】胚芽米,ごま油,三温糖 【緑】はくさい-生,しめじ,にんじん,コーン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">チヂミ</p>	<p>2 軟飯(あわ) みそ汁(えのき,冬瓜) ササミと野菜の炒め煮 すいか</p> <p><small>【赤】鶏ささ身,チーズ 【黄】胚芽米 【緑】えのき,とうがん,ワカメ,にんじん,キャベツ,ピーマン,スィカ</small></p> <p style="text-align: center;">おかかチーズおにぎり</p>	<p>3 軟飯 すまし汁(チンゲン菜,大根) 鮭の煮付 インゲンのおひたし オレンジ</p> <p><small>【赤】べにざけ,しらす 【黄】胚芽米,じゃが芋 【緑】チンゲンサイ,大根,たまねぎ,さやいんげん,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">じゃがいもの落とし焼き</p>	<p>4 軟飯(麦) 親子どんぶり 小松菜のおひたし</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏卵 【黄】胚芽米,おし麦,食パン,バター 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,こまつな</small></p> <p style="text-align: center;">トースト 野菜スープ</p>	<p>5 軟飯 きらきらスープ(オクラ) ハンバーグ コールスローサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豆腐,牛・ひき肉-生,豚レバー 【黄】胚芽米,そうめん 【緑】オクラ,にんじん,たまねぎ,キャベツ,コーン,トマト,きゅうり,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめんぶつとろー(とまと)</p>	<p>6 軟飯 かちゅーゆー 白身魚の照り煮 モーウイの煮物</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">午前保育</p>
<p>8 軟飯 みそ汁(キャベツ) 松風焼き きゅうりともやしの和え物</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,調製粉乳 【黄】胚芽米,三温糖,オートミール 【緑】キャベツ,たまねぎ,きゅうり,りょくとうもやし-ゆで,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">オートミールとバナナのお焼き</p>	<p>9 軟飯 みそ汁(冬瓜,ねぎ) 鯖ほぐし 野菜炒め煮(キャベツ,インゲン) リンゴ</p> <p><small>【赤】さば-生,しらす 【黄】胚芽米 【緑】とうがん,ネギ,にんじん,キャベツ,さやいんげん,りょくとうもやし-ゆで,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p>	<p>10 トマトスパゲティ(煮込み) 豚肉と白菜のスープ さつまいもの甘辛煮</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚かた肉-生 【黄】スパゲティ麺,ごま油,さつま芋,胚芽米,三温糖 【緑】トマト,たまねぎ,しめじ,はくさい-生,にんじん,ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">納豆みそおにぎり</p>	<p>11 軟飯 みそ汁(豆腐) 魚と野菜の煮物 りんご</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,キングクリップ,ヨーグルト 【黄】胚芽米,食パン,バター 【緑】ヘチマ,にんじん,りんご,かぼちゃ-生</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃポタージュ トースト</p>	<p>12 ロールパン クリームシチュー バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた,豚レバー,クリーム,牛乳,しらす 【黄】ロールパン,じゃが芋,バター,胚芽米 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ-生,さやいんげん,バナナ,キャベツ,スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(キャベツ)</p>	<p>13</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>15</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.5em; font-weight: bold;">海の日</p> 	<p>16 軟飯 みそ汁 豆腐の野菜そぼろあんかけ オレンジ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐 【黄】胚芽米 【緑】大根,にんじん,たまねぎ,ニガウリ,オレンジ,ワカメ</small></p> <p style="text-align: center;">納豆がゆ</p>	<p>17 軟飯 すまし汁(レタス) 鮭と野菜の煮つけ ぶどう</p> <p><small>【赤】べにざけ,しらす 【黄】胚芽米 【緑】レタス-生,モウイ,たまねぎ,にんじん,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">おにぎり(しらす)</p>	<p>18 軟飯(あわ) みそ汁(小松菜,麩) 魚のバター煮 野菜炒め煮(人参,もやし) すいか</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.5em; font-weight: bold;">誕生会</p> <p><small>【赤】キングクリップ,まぐろ-缶詰,チーズ 【黄】胚芽米,ふ,バター 【緑】こまつな,にんじん,りょくとうもやし-ゆで,ニラ,スイカ,トマト</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(トマト・チーズ)</p>	<p>19 軟飯(麦) もずく丼 オクラのおかか和え オレンジ 日</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,鶏卵 【黄】胚芽米,おし麦,砂糖,さつま芋 【緑】沖縄もずく,にんじん,ピーマン,赤ピーマン,オクラ,オレンジ,たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">ふかし芋 野菜スープ</p>	<p>20 煮込み沖縄そば へちまサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,鶏卵,ツナ缶,しらす 【黄】沖縄そば-生,砂糖,オリーブ油,胚芽米 【緑】ネギ,ヘチマ,コーン,トマト,レモン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">おにぎり(しらす) すまし汁</p>
<p>22 軟飯 みそ汁(チンゲン菜,じゃが芋) 鶏ひき肉と野菜の炒め煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,キングクリップ 【黄】胚芽米,じゃが芋 【緑】チンゲンサイ,オクラ,にんじん,トマト</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(白身魚)</p>	<p>23 軟飯 みそ汁(小松菜,しめじ) 豆腐と鯖のハンバーグ 野菜炒め煮(もやし,ひじき) ぶどう</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,さば-缶詰-水煮,チーズ 【黄】胚芽米,全かゆ 【緑】こまつな,しめじ,にんじん,ネギ,しょうが,キャベツ,りょくとうもやし-ゆで,ひじき,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">チーズがゆ(こまつな)</p>	<p>24 まぜご飯 すまし汁(冬瓜,ねぎ) 白和え(ゴーヤー,人参) バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,鶏卵,沖縄豆腐,ツナ缶,しらす 【黄】胚芽米,砂糖 【緑】ひじき,にんじん,からしな,とうがん,ネギ,ニガウリ,かぼちゃ-生,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃの落とし焼き</p>	<p>25 お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">クファージュシー(軟)</p>	<p>26 軟飯(麦) チキンと野菜の煮込み フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】鶏肉,豚レバー,ヨーグルト 【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,バター,食パン 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,みかん,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">トースト 野菜スープ</p>	<p>27 軟飯 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) お焼き チンジャオロース オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏卵,豚肉,調製粉乳 【黄】胚芽米,油,砂糖,ごま油,コーンフレーク 【緑】しめじ,えのき,きょうな,しょうが,りょくとうもやし,ピーマン,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">コーンフレーク粥</p>
<p>29 軟飯 みそ汁(山東菜,麩) 豆腐のそぼろ煮 きゅうり和え(オクラ)</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】胚芽米,ふ,はるさめ,三温糖 【緑】さんとうさい,葉-生,にんじん,さやいんげん,きゅうり,オクラ</small></p> <p style="text-align: center;">みそおにぎり</p>	<p>30 軟飯 タコライス すまし汁(小松菜,冬瓜) バナナ</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉-生,豚レバー,豆腐 【黄】胚芽米,そうめん 【緑】にんにく,たまねぎ,にんじん,レタス-生,トマト,こまつな,とうがん,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(豆腐)</p>	<p>31 軟飯(あわ) そば汁 からし菜チャンプルー すいか</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,鶏ひき肉,しらす,チーズ 【黄】胚芽米,沖縄そば-生,食パン 【緑】ネギ,からしな,にんじん,スイカ,かぼちゃ-生</small></p> <p style="text-align: center;">じゃこトースト かぼちゃスープ</p>	<p>🌙...☆...🕒...📖... 睡眠リズムは小さいうちから 🌙...☆...🕒...📖...</p> <p>人間はおひさまが昇ったら起きて、沈んだら寝る昼行性の動物です。ですから起きている間にしっかり活動し食事をして、夜は十分に寝ることが子供の成長にとって何より大切です。毎日、同じ時間に夕食を食べ、同じ時間にお風呂に入り、同じ時間に寝るといった生活リズムの繰り返しで子供の脳を育てます。やがて離乳食が完了するころには、一晩ぐっすり眠る力が育っていることでしょう。</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