

# 予 定 献 立 表

白鳥保育園

2020年6月分

9～11か月

月	火	水	木	金	土
<b>1</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 じゃこひじきふりかけ みそ汁(豆腐) かぼちゃと豚肉のうま煮 【赤】しらす、豆腐、豚ひき肉 【黄】全かゆ、ごま、三温糖、砂糖、バター 【緑】にんじん、ひじき、ネギ、かぼちゃ、たまねぎ、さやいんげん、にんじん、なつみかん 人参のホットケーキ 圓みかん(煮)	<b>2</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(冬瓜、わかめ) 魚のポテトクリーム焼き アスパラソテー 【赤】べにざけ、ヨーグルト、きな粉 【黄】全かゆ、じゃが芋、食パン、バター 【緑】とうがんと、わかめ、ネギ、コーン、たまねぎ、アスパラガス、にんじん、バナナ トースト 円ナナヨーグルト	<b>3</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜、じゃが芋) 人参シソ スクランブルエッグ 【赤】鶏卵、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、じゃが芋、胚芽米 【緑】チンゲンサイ、にんじん、りんご おじや(鶏ミンチ) 団ご(煮)	<b>4</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(カラシ) 魚のバター煮 野菜ソテー 【赤】たいしらす 【黄】全かゆ、バター、さつま芋 【緑】からしな、たまねぎ、にんじん、スイートコーン、オレンジ さつま芋の落とし焼き 団レンジ(煮)	<b>5</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ポークビーンズ すまし汁(小松菜シソ) 【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー 【黄】全かゆ、スパゲティ類、食パン、バター 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、こまつな、しめじ トースト 野菜スープ	<b>6</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(絹ごし) 鶏そぼろ煮 オクラのおかか和え 【赤】豆腐、鶏ひき肉、しらす 【黄】全かゆ、さといも、胚芽米 【緑】にんじん、さやいんげん、オクラ ネバナパ井
<b>8</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ゆし豆腐(ねぎ) じゃがいもとささみの煮物 スティックキュウリ 【赤】ゆし豆腐、若鶏、ささ身、鶏卵 【黄】全かゆ、じゃが芋、三温糖、胚芽米 【緑】ネギ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ワカメ 三色がゆ(卵)	<b>9</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 かちゅーゆー 魚と野菜の煮物 りんご(煮) 【赤】キングクリップ、ヨーグルト、きな粉 【黄】全かゆ、じゃが芋、三温糖、胚芽米 【緑】とうがんと、にんじん、りんご さつま芋のヨーグルト添え	<b>10</b> スパゲティーミートソース すまし汁 コールスローサラダ オレンジ(煮) 【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、しらす 【黄】スパゲティ類、バター、胚芽米 【緑】にんじん、たまねぎ、ナス、削り昆布、ネギ、キャベツ、コーン、オレンジ、えだまめ、冷凍 おにぎり(しらす) 野菜スープ	<b>11</b> おにぎり(ハンダマ) みそ汁(山東菜・花麩) 鮭の照り煮 つけ合わせ野菜 すいか(煮) 【赤】しるさげ、チーズ 【黄】胚芽米、ふ、三温糖 【緑】さんとうさい、トマト、きゅうり、スィカ、ほうれんそう、にんじん リゾット(ほうれん草・チーズ)	<b>12</b> ロールパン チキンチャウダー 小松菜の和え物(おかか) 【赤】若鶏、もも、調製粉乳、グリーンピース、鶏ひき肉 【黄】パン、じゃが芋、オリーブ油、バター、胚芽米 【緑】たまねぎ、にんじん、こまつな、バナナ おじや(鶏ミンチ) 円ナナ(煮)	<b>13</b> <b>園内研修 お弁当</b>  <b>午前保育</b>
<b>15</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ) 魚の煮つけ かぼちゃサラダ 【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】キャベツ、かぼちゃ、きゅうり、オレンジ じゃがいもの落とし焼き 団レンジ(煮)	<b>16</b> <b>お弁当会</b>  全がゆ(人参・シラス・ワカメ)	<b>17</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(冬瓜、小松菜) 魚ハンバーグ 人参シソ 【赤】キングクリップ、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】とうがんと、こまつな、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、からしな、バナナ ポロポロジュース 円ナナ(煮)	<b>18</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(大根、わかめ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) キャベツの煮びたし 【赤】さば、しらす、ヨーグルト、きな粉 【黄】全かゆ、三温糖 【緑】大根、わかめ、ネギ、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、りんご りんごのコンポート(ヨーグルト) 団ティックキュウリ	<b>19</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 食 育 フルーツサラダ(みかん) の 日 【赤】豚ひき肉、豚レバー、調製粉乳、チーズ、ヨーグルト 【黄】全かゆ、じゃが芋、食パン、バター 【緑】たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、パチ、みかん、バナナ、かぼちゃ トースト 野菜スープ	<b>20</b> 煮込み沖縄そば 小松菜のおひたし 【赤】キングクリップ、鶏ひき肉 【黄】沖繩そば、生、砂糖、胚芽米 【緑】にんじん、ネギ、こまつな、りんご おじや(鶏ミンチ) 団ご(煮)
<b>22</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 コーンスープ(キャベツ) なすの挽き肉炒め煮 スティックキュウリ 【赤】豚ひき肉、チーズ 【黄】全かゆ、精白米 【緑】コーン、キャベツ、ナス、にんじん、たまねぎ、きゅうり、トマト、オレンジ リゾット(キャベツ、チーズ) 団レンジ(煮)	<b>23</b> <b>慰霊の日</b> 	<b>24</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(かぼちゃ、玉ねぎ) 魚のバター煮 野菜炒め煮(キャベツ) 【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、バター、胚芽米 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、ネギ、にんじん、キャベツ、りよくと、うもやし、さやいんげん、こまつな、バナナ おにぎり(しらす・離) 円ナナ(煮)	<b>25</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 誕 生 会 みそ汁(へちま、絹ごし) 魚の煮付 野菜炒め煮(もやし、ひじき) 【赤】豆腐、キングクリップ、チーズ 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】へちま、しめじ、にんじん、キャベツ、りよくと、うもやし、ひじき、トマト リゾット(チーズ)	<b>26</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 かちゅーゆー 鶏ささみの煮込み 【赤】鶏ささ身、鶏卵 【黄】全かゆ、さつま芋 【緑】にんじん、たまねぎ、ほうれんそう ふかし芋 野菜スープ	<b>27</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 親子どんぶり みそ汁(チンゲン菜) オレンジ(煮) 【赤】鶏肉、鶏卵、豆腐 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、チンゲンサイ、オレンジ そうめん汁(絹ごし)
<b>29</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(オクラ、豆腐) 切り干し大根煮 プチトマト 【赤】豆腐、豚ひき肉 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】オクラ、ワカメ、大根、切り干し大根、にんじん、トマト ネバナパ井	<b>30</b> 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜、麩) 鮭の煮つけ 紅白煮 【赤】しるさげ、豚肉 【黄】全かゆ、ふ、三温糖、うどん 【緑】こまつな、大根、にんじん、キャベツ、ピーマン、ぶどう 煮込みうどん 団どう(煮)	<b>★6月は食育月間です★</b> 「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。			



※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》