

予 定 献 立 表

2023年6月分

すみれっ子保育園

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、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 玄米ご飯 みそ汁(なす) 魚のポテトクリーム焼き きんぴら風煮(いんげん) プルーン</p> <p><small>【赤】べにざけ、豚肉 【黄】精白米、おし麦、米粉、油、じゃが芋 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、コン、たまねぎ、パセリ、乾、ごぼう、にんじん、さやいんげん、プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 芋天ぷら</p>	<p>2 麦ご飯 ハヤシライス みそ汁 白菜サラダ ゼリー</p> <p><small>【赤】輸入牛・かたろース、豚レバー、チーズ 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、薄力粉、バター、きび砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、さやいんげん、はくさい、りんご、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>3 中華丼 スープ チーズ</p> <p><small>【赤】豚・かた・赤肉、チーズ 【黄】精白米 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、ピーマン、根深ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>5 あわご飯 みそ汁(小松菜、麩) なすの挽き肉炒め さつまいもの甘辛煮 バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉 【黄】精白米、あわ精白粒、ふ、油、さつま芋、米粉、きび砂糖、バター 【緑】こまつな、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト クッキー</p>	<p>6 麦ご飯 すまし汁(大根、わかめ、ねぎ) 鮭のマヨネーズ焼き 人参シソ オレンジ</p> <p><small>【赤】べにざけ、しらす、EM牛乳、豚肉 【黄】精白米、おし麦、マヨレ、ごま油 【緑】大根、わかめ、ネギ、しめじ、たまねぎ、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ヒラヤーチー</p>	<p>7 竹の子ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) かぼちゃと豚肉のうま煮 モズク酢(みかん) りんご</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、油揚げ、ゆし豆腐、豚肉、ツナ缶 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、カルゲン 【緑】たけのこ、にんじん、ネギ、かぼちゃ、たまねぎ、さやいんげん、しょうが、沖繩もずく、きゅうり、みかん、味付けのり、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 味噌にぎり</p>	<p>8 玄米ご飯 みそ汁(小松菜、しめじ) さばのおろし煮 いんげんソテー パイン缶</p> <p><small>【赤】さば、豚肉、きな粉、豆乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、食パン 【緑】こまつな、しめじ、ネギ、しょうが、大根、さやいんげん、にんじん、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト パン(きな粉クリーム)</p>	<p>9 麦ご飯 ポークビーンズ(レバー)増し 切り干し大根サラダ ゼリー みそ汁</p> <p><small>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、まぐろ、缶詰、EM牛乳、型抜きチーズ10鉄分 【黄】精白米、おし麦、スパゲティ麺、油、ごまきび砂糖、さつま芋 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、切り干し大根、きゅうり EM酪農牛乳 大学芋 チーズ10鉄分入り</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>	<p>10 もずく丼 みそ汁 プルーン</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、しらす 【黄】精白米 【緑】沖繩もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>12 あわご飯 みそ汁(キャベツ、厚揚げ) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】生揚げ、輸入牛・かたろース、グリーンピース、チーズ、牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、こんにやく、きび砂糖、薄力粉 【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ワカメ、レモン、バナナ、コン</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト コーンのお焼き</p>	<p>13 カレーライス(白身魚) 弁当箱持参</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚肉、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油 【緑】にんじん、たまねぎ、にんにく、ピーマン、モウイ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 黒糖くずもち</p>	<p>14 スパゲティミートソース アーサ汁 コールスローサラダ りんご</p> <p style="text-align: center;">保育参観</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、牛・ひき肉、豚レバー、チーズ、豆腐 【黄】スパゲティ麺、オリーブ油、薄力粉、バター、マヨレ、きび砂糖、精白米、ごま 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、あおさ、キャベツ、コン、りんご、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり</p>	<p>15 玄米ご飯 みそ汁(キャベツ、じゃが芋) 揚げ豆腐のあんかけ きゅうりの塩昆布あえ プルーン</p> <p><small>【赤】本綿豆腐、鶏ひき肉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油 【緑】キャベツ、ネギ、たまねぎ、にんじん、きくらげ、しょうが、きゅうり、塩昆布、プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト スコーン</p>	<p>16 ご飯 ビーフシチュー キャベツサラダ すまし汁 ゼリー</p> <p><small>【赤】輸入牛・かたろース、豚レバー、クリーム、ヨーグルト、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、バター、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、ぶなしめじ、ピーマン、みかん、バナナ、干しぶどう、梅干し、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 梅おかかおにぎり 味付け小魚</p>	<p>17 クファージュシー みそ汁 チーズ</p> <p><small>【赤】豚肉、チーズ 【黄】精白米 【緑】にんじん、玉ねぎ、しいたけ、ひじき、ねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>19 あわご飯 みそ汁(小松菜、しめじ) 食育の日 チキンのケチャップ煮 野菜炒め(もやし、ひじき) バナナ</p> <p><small>【赤】成鶏・手羽、豚かた肉、しろさけ 【黄】精白米、あわ精白粒、油 【緑】こまつな、しめじ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、りょうとうもやし、ひじき、味付けのり、プルーン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり プルーン</p>	<p>20 麦ご飯 すまし汁(冬瓜、ワカメ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) キャベツのゴマ和え オレンジ</p> <p><small>【赤】さば 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、ごま油、さつま芋、バター 【緑】とうがん、ワカメ、ネギ、しょうが、たまねぎ、キャベツ、コン、にんじん、きゅうり、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト うむくじ天ぷら</p>	<p>21 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、えのき) 鶏のから揚げ ブロッコリーの和え物 りんご</p> <p><small>【赤】成鶏・もも、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、油、食パン 【緑】チンゲンサイ、えのき、ショウガ、ブロッコリー、トマト、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 シナモントースト</p>	<p>22 誕生会(お弁当持参)</p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;">カルピス ケーキ</p>	<p>23 慰霊の日</p> <p style="text-align: center;"></p>	<p>24 チキンピラフ スープ チーズ</p> <p><small>【赤】若鳥もも、グリーンピース、チーズ 【黄】精白米 【緑】にんじん、玉ねぎ、にんにく</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>26 納豆ごはん イナムドチ 豆腐チャンプルー バナナ</p> <p><small>【赤】納豆、豚かた肉、マヨレ、沖繩豆腐、ウナ、チーズ、牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、ホットケーキ、マヨレ 【緑】はくさい、トマト、ワカメ、ひじき、にんじん、さやいんげん、りんご、しいたけ、こまつな</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト きゃべつマフィン</p>	<p>27 麦ご飯 弁当箱持参</p> <p><small>【赤】きはだまぐろ、豆乳、豚肉、大豆、シヨア、豚肉 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、パン粉、こんにやく、しらたき、油 【緑】はくさい、トマト、ワカメ、ひじき、にんじん、さやいんげん、りんご、しいたけ、こまつな</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり</p>	<p>28 麦ご飯 みそ汁(山東菜、豆腐) 炒りどり 土佐和え りんご</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、鶏肉 【黄】精白米、おし麦、ごま 【緑】山東菜、ごぼう、にんじん、筋水煮缶、しいたけ、さやいんげん、ニラ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チヂミ</p>	<p>29 玄米ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) ピーマンと豚肉の味噌炒め 白和え(ほうれん草・人参) パイン缶</p> <p><small>【赤】豚かた肉、沖繩豆腐、ツナ、EM牛乳、しらす、チーズ 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油、きび砂糖、マヨレ、食パン 【緑】しめじ、えのき、きょうな、ピーマン、赤ピーマン、りょうとうもやし、たまねぎ、ほうれん草、にんじん、パイン缶</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ホットケーキ</p>	<p>30 ふりかけご飯 魚汁(カラシ) マヨチーズちくわ パパイヤイリチー ゼリー</p> <p><small>【赤】たい、竹輪、チーズ、脱脂粉乳、クリーム、まぐろ、缶詰、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、マヨレ、油、食パン、バター、きび砂糖 【緑】からしな、パセリ、乾、パイア、にんじん、ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ゴマポッキー</p>	<p style="text-align: center;"></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・カシューナッツ・キウイ・牛肉・くるみ・ごま・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・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

予 定 献 立 表

すみれっ子保育園

2023年6月分

5～6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幸いです。</p>			<p>1 全がゆ(10倍がゆ) しらすの野菜煮</p> <p><small>【赤】しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん</small></p>	<p>2 全がゆ(10倍がゆ) 魚のトマト煮 白菜のすりつぶし</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】トマト,たまねぎ,はくさい,きゅうり,にんじん</small></p>	<p>3 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐と野菜煮</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】はくさい,にんじん</small></p>
			<p>5 全がゆ(10倍がゆ) 魚のトロトロ 豆腐の裏ごし さつまいものペースト</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ,ふ,さつまい芋 【緑】こまつな</small></p>	<p>6 全がゆ(10倍がゆ) 魚のもみじ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】大根,にんじん</small></p>	<p>7 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐と野菜のくず煮 かぼちゃペースト</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】にんじん,かぼちゃ</small></p>
<p>12 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の裏ごし 根菜のやわらか煮</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん</small></p>	<p>13 全がゆ(10倍がゆ) 白身魚と人参のトロトロ 豆腐のすり流し</p> <p style="text-align: center;">保育参観</p> <p><small>【赤】キングクリップ,豆腐 【黄】全かゆ 【緑】にんじん</small></p>	<p>14 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の野菜煮</p> <p style="text-align: center;">保育参観</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】キャベツ,にんじん,たまねぎ</small></p>	<p>15 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の野菜煮</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ,にんじん</small></p>	<p>16 全がゆ(10倍がゆ) シラスの野菜煮</p> <p><small>【赤】しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】にんじん,たまねぎ</small></p>	<p>17 全がゆ(10倍がゆ)シラス 麩と野菜のトロトロ</p> <p><small>【赤】しらす 【黄】全かゆ,ふ 【緑】キャベツ,にんじん,たまねぎ</small></p>
<p>19 全がゆ(10倍がゆ) スープ(小松菜) 豆腐の野菜煮 食育の日</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】こまつな,キャベツ,にんじん</small></p>	<p>20 全がゆ(10倍がゆ) 冬瓜のすり流し 豆腐と野菜のペースト</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】とうがん,キャベツ,にんじん</small></p>	<p>21 全がゆ(10倍がゆ) スープ(チンゲン菜) 豆腐とブロッコリーのトロトロ</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】チンゲンサイ,ブロッコリー,トマト</small></p>	<p>22 誕生会(お弁当持参)</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>23 慰霊の日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>24 全がゆ(10倍がゆ) 魚の野菜煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】キャベツ,にんじん</small></p>
<p>26 全がゆ(10倍がゆ)シラス 豆腐と野菜のくず煮</p> <p><small>【赤】しらす,豆腐 【黄】全かゆ 【緑】にんじん,たまねぎ,大根</small></p>	<p>27 全がゆ(10倍がゆ) 魚のもみじ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん</small></p>	<p>28 全がゆ(10倍がゆ) 魚と野菜煮 人参のトロトロ</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】さんとうさい,にんじん</small></p>	<p>29 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の2色あえ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐 【黄】全かゆ 【緑】ほうれんそう,にんじん</small></p>	<p>30 全がゆ(10倍がゆ) 魚のもみじ煮</p> <div style="text-align: center;">  </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・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》

予 定 献 立 表

すみれっ子保育園

2023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。</p>			<p>1 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 鮭の野菜煮</p> <p><small>【赤】べにざけ、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、じゃが芋、そうめん 【緑】たまねぎ、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>2 全がゆ(7倍がゆ) 魚のトマト煮 野菜のトトロ かちゅーゆー</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】トマト、はくさい、きゅうり、にんじん、たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(シラス)</p>	<p>3 全がゆ(7倍がゆ) 豆腐と野菜煮</p> <p><small>【赤】豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】はくさい、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(魚) オレンジ(煮)</p>
<p>5 全がゆ(7倍がゆ) スープ(小松菜、麩) マーボー豆腐(なす) さつまいもの含め煮 バナナ煮</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏ひき肉、調製粉乳、きな粉 【黄】全かゆ、ふ、さつまい、コーンフレーク 【緑】こまつな、ナス、たまねぎ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">コーンフレーク粥</p>	<p>6 全がゆ(7倍がゆ) すまし汁(大根) 鮭と野菜の煮つけ オレンジ煮</p> <p><small>【赤】べにざけ、キングクリップ 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】大根、たまねぎ、にんじん、キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>7 全がゆ(7倍がゆ) ゆし豆腐 かぼちゃ含め煮 りんご煮</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、しらす 【黄】全かゆ 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">しらすかゆ</p>	<p>8 全がゆ(7倍がゆ)コマツナ 魚のおろし煮 人参のペースト かちゅーゆー</p> <p><small>【赤】キングクリップ、調製粉乳、きな粉 【黄】全かゆ、食パン 【緑】こまつな、大根、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">パンがゆ(きな粉)</p>	<p>9 全がゆ(7倍がゆ) 豆腐の野菜煮 かちゅーゆー</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ、さつまい、芋 【緑】たまねぎ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">さつまいもマッシュ</p>	<p>10 全がゆ(7倍がゆ) スープ(山東菜、豆腐) 鶏そぼろ煮</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、鶏ひき肉、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】さんとうさい、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(しらす) バナナ(煮)</p>
<p>12 全がゆ(7倍がゆ) スープ(キャベツ) ささみと根菜のやわらか煮 バナナ煮</p> <p><small>【赤】若鶏・ささ身、チーズ 【黄】全かゆ、じゃが芋、精白米 【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">チーズがゆ(人参)</p>	<p>13 全がゆ(7倍がゆ) 魚のミルク煮 かちゅーゆー オレンジ煮</p> <p style="text-align: center;">保育参観</p> <p><small>【赤】キングクリップ、調製粉乳、しらす 【黄】全かゆ、じゃが芋、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、とうがん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p>	<p>14 全がゆ(7倍がゆ) 豆腐の野菜煮 かちゅーゆー りんご煮</p> <p style="text-align: center;">保育参観</p> <p><small>【赤】豆腐 【黄】全かゆ、精白米 【緑】キャベツ、にんじん、たまねぎ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">軟飯(人参、キャベツ)</p>	<p>15 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 豆腐の野菜煮</p> <p><small>【赤】木綿豆腐、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】たまねぎ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>16 全がゆ(7倍がゆ) シラスの野菜煮 かちゅーゆー</p> <p><small>【赤】しらす、若鶏・ささ身 【黄】全かゆ、じゃが芋、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">全がゆ(ささ身)</p>	<p>17 全がゆ(7倍がゆ)シラス スープ(白菜) 麩と野菜煮</p> <p><small>【赤】しらす、チーズ 【黄】全かゆ、ふ、精白米 【緑】はくさい、キャベツ、にんじん、たまねぎ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(にんじん・チーズ) りんご(煮)</p>
<p>19 全がゆ(7倍がゆ) スープ(小松菜) 鶏ミンチの野菜煮 バナナ煮</p> <p style="text-align: center;">食育の日</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、しろざけ(切り身) 【黄】全かゆ 【緑】こまつな、キャベツ、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">鮭ぞうすい</p>	<p>20 全がゆ(7倍がゆ) すまし汁(冬瓜) ささ身の野菜煮 オレンジ煮</p> <p style="text-align: center;">さつまいと芋和え</p> <p><small>【赤】若鶏・ささ身 【黄】全かゆ、さつまい、芋 【緑】とうがん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、オレンジ</small></p>	<p>21 全がゆ(7倍がゆ) スープ(チンゲン菜) 豆腐の野菜煮 りんご煮</p> <p><small>【赤】豆腐、調製粉乳、きな粉 【黄】全かゆ、食パン 【緑】チンゲンサイ、ブロッコリー、トマト、にんじん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">パンがゆ(人参)</p>	<p>22</p> <p style="text-align: center;">誕生会(お弁当持)</p>  <p style="text-align: center;">オートミール粥</p>	<p>23</p> <p style="text-align: center;">慰霊の日</p> 	<p>24 全がゆ(7倍がゆ) 魚の野菜煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】キャベツ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">野菜がゆ</p>
<p>26 全がゆ(7倍がゆ)シラス スープ(大根) 豆腐の野菜あん バナナ煮</p> <p><small>【赤】しらす、沖縄豆腐、チーズ、調製粉乳 【黄】全かゆ、食パン 【緑】大根、からし、にんじん、たまねぎ、キャベツ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p>	<p>27 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 魚のもみじ煮 オレンジ煮</p> <p style="text-align: center;">ポロポロジュシー</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】はくさい、生トマト、にんじん、こまつな、オレンジ</small></p>	<p>28 全がゆ(7倍がゆ) スープ(山東菜、豆腐) 鶏そぼろ煮 りんご煮</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、鶏ひき肉、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】さんとうさい、にんじん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">全がゆ(人参・シラス・コーン)</p>	<p>29 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー マーボー豆腐</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏ひき肉、調製粉乳、チーズ 【黄】全かゆ、食パン 【緑】たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>30 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 魚のもみじ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ、調製粉乳 【黄】全かゆ、食パン 【緑】にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい(シラス)</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・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・黒糖は乳児ポ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

すみれっ子保育園

2023年6月分

9～11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。</p> 			<p>1 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(なす) 魚のポテトクリーム焼き いんげんソテー(煮)</p> <p><small>【赤】べにざけ、豚肉、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、米粉、油、じゃが芋、そうめん 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、コーン、たまねぎ、パセリ乾、さやいんげん、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>2 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ボルシチ 白菜のおひたし かちゆーゆー</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、豚レバー、しらす 【黄】全かゆ、じゃが芋、油、薄力粉、バター、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ、さやいんげん、はくさい、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(シラス)</p>	<p>3 中華丼 みそ汁(絹ごし、ねぎ) スティックキュウリ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、油、きび砂糖、そうめん 【緑】はくさい、にんじん、ピーマン、ネギ、きゅうり、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(魚) オレンジ(煮)</p>
<p>5 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜、麩) なすの挽き肉炒め煮 さつまいもの甘辛煮 バナナ煮</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、調整粉乳、きな粉 【黄】全かゆ、ふ、油、さつまいも、コーンフレーク 【緑】こまつな、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">コーンフレーク粥</p>	<p>6 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(大根、ワカメ) 鮭のバター煮 人参ソシリ(シラス) オレンジ煮</p> <p><small>【赤】べにざけ、しらす 【黄】全かゆ、バター、油、そうめん 【緑】大根、ワカメ、ネギ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>7 全がゆ(5倍)～軟飯(そばろ) ゆし豆腐(ねぎ) かぼちゃ含め煮 りんご煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、ゆし豆腐、しらす 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、ネギ、かぼちゃ、たまねぎ、さやいんげん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">しらすがゆ</p>	<p>8 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜) さばのおろし煮 いんげんソテー(煮)</p> <p><small>【赤】さば、豚肉、きな粉、豆乳 【黄】全かゆ、きび砂糖、油、食パン 【緑】こまつな、ネギ、大根、さやいんげん、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">パン(きな粉クリーム)</p>	<p>9 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ポークビーンズ(レバー) スティック野菜 かちゆーゆー</p> <p><small>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー 【黄】全かゆ、スパゲティ麺、油、さつまいも 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">ふかし芋 野菜スープ</p>	<p>10 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 魚汁 インゲンのおかか和え</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ 【緑】とうがん、にんじん、さやいんげん、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">全がゆ(人参・シラス・コーン)</p>
<p>12 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ、豆腐) じゃがいもとささみの煮物 キュウリとワカメの和え物 バナナ煮</p> <p><small>【赤】豆腐、若鶏、ささ身、チーズ 【黄】全かゆ、じゃが芋、きび砂糖、精白米 【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ワカメ、レモン</small></p> <p style="text-align: center;">チーズがゆ(人参)</p>	<p>13 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 魚のミルク煮 オレンジ煮</p> <p style="text-align: center;">保育参観</p> <p><small>【赤】キングクリップ、調整粉乳、まぐろ、缶詰 【黄】全かゆ、じゃが芋、油、きび砂糖、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p>	<p>14 スパゲティミートソース コールスローサラダ アーサ汁 りんご煮</p> <p style="text-align: center;">保育参観</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、牛・ひき肉、豚レバー、チーズ、豆腐 【黄】スパゲティ麺、オリーブ油、油、マヨドレ、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ、あおさ、キャベツ、コーン、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">しらすがゆ</p>	<p>15 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ、じゃが芋) 豆腐のあんかけ スティックキュウリ</p> <p><small>【赤】木綿豆腐、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん、ネギ、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>16 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ビーフシチュー かちゆーゆー キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、豚レバー、若鶏、ささ身 【黄】じゃが芋、油、薄力粉、バター、精白米 【緑】キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、みかん、バナナ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">軟飯(ささ身)</p>	<p>17 もずく丼 みそ汁(白菜) キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、しらす、チーズ 【黄】全かゆ、きび砂糖、精白米 【緑】沖繩もずく、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、コーン、はくさい、キャベツ、みかん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(にんじん・チーズ) りんご(煮)</p>
<p>19 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜) 鶏団子 野菜炒め煮(もやし、ひじき) バナナ煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、豆腐、しらす 【黄】全かゆ 【緑】こまつな、にんじん、キャベツ、りよくとうもやし、ひじき、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">鮭ぞうすい</p>	<p>20 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(冬瓜、ワカメ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) キャベツのごま和え オレンジ煮</p> <p><small>【赤】さば 【黄】全かゆ、きび砂糖、ごま、さつまいも、バター 【緑】とうがん、ワカメ、ネギ、たまねぎ、キャベツ、コーン、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">さつまいものバター焼き</p>	<p>21 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜) 豆腐ステーキ ブロッコリーの和え物 りんご煮</p> <p><small>【赤】豆腐、ピザチーズ 【黄】全かゆ、油、食パン 【緑】チンゲンサイ、ブロッコリー、トマト、ピーマン、コーン、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">チーズトースト</p>	<p>22</p> <p style="text-align: center;">お誕生会(お弁当持参)</p>  <p style="text-align: center;">そうめん汁(鶏ミンチ) バナナ(煮)</p>	<p>23</p> <p style="text-align: center;">慰霊の日</p> 	<p>24 煮込み野菜そば 人参スティック</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】沖繩そば、油、精白米 【緑】にんじん、キャベツ、りよくとうもやし、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">野菜がゆ</p>
<p>26 全がゆ(5倍)～軟飯(納豆) みそ汁(大根) 豆腐ステーキ野菜あん バナナ煮</p> <p><small>【赤】納豆、沖繩豆腐、チーズ 【黄】全かゆ、油、食パン、バター 【緑】大根、からしな、にんじん、たまねぎ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>27 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(白菜、トマト) 白身魚のバター煮 野菜炒め煮 オレンジ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、バター、油、精白米 【緑】はくさい、トマト、ワカメ、ひじき、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、こまつな、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">ポロポロジュシー</p>	<p>28 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(山東菜、豆腐) 鶏そばろ煮 土佐和え りんご煮</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、鶏ひき肉、しらす 【黄】全かゆ、さといも、油、精白米 【緑】さんとうさい、にんじん、さやいんげん、きゅうり、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">全がゆ(人参・シラス・コーン)</p>	<p>29 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(水菜) ピーマンとひき肉の炒め煮 白和え(ほうれん草・人参)</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、沖繩豆腐 【黄】全かゆ、油、ごま油、そうめん 【緑】きょうな、ピーマン、赤ピーマン、りよくとうもやし、たまねぎ、ほうれん草、葉、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>30 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(カラシ) 白身魚のバター煮 人参ソシリ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、バター、油、食パン、マヨドレ 【緑】からしな、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい(しらす)</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・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》