

予 定 献 立 表

2024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、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、こどもたちが食に興味をもつ機会を作っていただくと幸いです。また、6月4日～10日は歯と口の健康週間です。今月は、よく噛んで食べることを意識したメニューを取り入れています。</p>						<p>1 八宝菜 みそ汁 チーズ</p> <p>【赤】豚かた肉 【黄】精白米 【緑】にんじん、玉ねぎ、はくさい、椎茸、たけのこ、ピーマン、きくらげ</p> <p>麦茶 お菓子</p>
<p>3 チキン照り焼き丼 みそ汁(厚揚げ・ねぎ) オクラのおかか和え バナナ</p> <p>【赤】成鶏・もも、生揚げ、しらす 【黄】精白米、おし麦、油、米粉、ごま油、きび砂糖 【緑】たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、しょうが、ネギ、きゅうり、オクラ、コーン、バナナ</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト チヂミ</p>	<p>4 麦ご飯 豆乳 まぐろカツ(ソース) 人参シソ(シラス) りんご</p> <p>弁当箱持参</p> <p>【赤】きばだまぐろ、豆乳、しらす 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、パン粉、油、ごま油、食パン、バター、きび砂糖 【緑】ネギ、にんじん、りんご</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 米粉のバナナケーキ</p>	<p>5 スパゲティミートソース すまし汁(小松菜・絹ごし) コールスローサラダ パイン缶</p> <p>【赤】豚ひき肉、牛・ひき肉、豚レバー、チーズ、豆腐、チーズ 【黄】スパゲティ麺、オリーブ油、薄力粉、バター、マヨドレ、きび砂糖、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、こまつな、キャベツ、コーン、パイン缶</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり</p>	<p>6 玄米ご飯 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) 鯖のカレー焼 いんげんソテー オレンジ</p> <p>【赤】さば、豚肉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、さつま芋 【緑】たまねぎ、ネギ、さやいんげん、にんじん、オレノジ</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 大学芋</p>	<p>7 麦ご飯 ポークビーンズ(レバー)増し 春雨サラダ ゼリー みそ汁</p> <p>【赤】大豆、豚ひき肉、ツナ缶、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、スパゲティ麺、油、はるさめ、きび砂糖、ゼリー 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、きゅうり、トマト、わかめ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 もちもちドーナツ</p>	<p>8 すきやき丼 みそ汁 プルーン</p> <p>【赤】牛・かた肉、ス、沖繩豆腐 【黄】精白米 【緑】にんじん、はくさい、プルーン</p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>	
<p>10 あわご飯 みそ汁(キャベツ・えのき) なすの挽き肉炒め4 かぼちゃサラダ バナナ</p> <p>【赤】豚ひき肉、EM牛乳、豆乳、ツナ缶 【黄】精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、マヨドレ、薄力粉 【緑】キャベツ、えのき、なす、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、かぼちゃ、きゅうり、プルーン、コーン、バナナ</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ひらやちー</p>	<p>11 麦ご飯 すまし汁(絹ごし・わかめ) 鯖のマヨネーズ焼き ひじき炒め りんご</p> <p>【赤】豆腐、ベにぎ、豚肉、大豆、チーズ 【黄】精白米、おし麦、マヨドレ、しらたき、油、さつま芋、バター、強力粉、薄力粉 【緑】わかめ、しめじ、たまねぎ、ひじき、にんじん、さやいんげん、りんご</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト チーズスティック</p>	<p>12 麦ご飯 みそ汁(小松菜・麩) レバーのごまソースあえ 切り干し大根サラダ プルーン</p> <p>【赤】豚レバー、まぐろ、詰水煮、豚肉 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、ごま油 【緑】こまつな、しめじ、しょうが、切り干し大根、きゅうり、にんじん、プルーン、昆布、ネギ</p> <p style="text-align: center;">麦茶 クファージュシーおにぎり</p>	<p>13 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 モズク酢(みかん) オレンジ</p> <p>保育参観</p> <p>【赤】豚かた肉 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油、薄力粉、炭酸飲料サイダー、黒砂糖 【緑】しめじ、えのき、ピーマン、赤ピーマン、りょうとうもやし、たまねぎ、沖繩もずく、きゅうり、みかん</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト そべポーポー</p>	<p>14 カレーライス モーウイの甘酢和え みそ汁 茹でコーン ゼリー</p> <p>保育参観</p> <p>【赤】キングクリップ、豚・かた・赤肉、鶏レバー、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、食パン 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、モウイ、スイートコーン、いちごジャム</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>15 クファージュシー みそ汁 チーズ</p> <p>【赤】豚肉、カマボコ、チーズ 【黄】精白米 【緑】なが昆布、にんじん、ネギ</p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>	
<p>17 もずく丼 みそ汁(白菜・トマト) スティックキュウリ バナナ</p> <p>【赤】豚ひき肉 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、バター 【緑】沖繩もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、コーン、はくさい、トマト、わかめ、きゅうり、バナナ</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト クッキー</p>	<p>18 麦ご飯 豆乳 鯖の味噌煮(玉ねぎ) きんぴら風煮(れんこん) りんご</p> <p>弁当箱持参</p> <p>【赤】さば、豚ひき肉、チーズ 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、強力粉、薄力粉、バター 【緑】しょうが、たまねぎ、にんじん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、りんご、にんじんジュース</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ホットケーキ</p>	<p>19 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ・しめじ) チキンアップルソース 野菜炒め(キャベツ・たまねぎ) チーズ</p> <p>【赤】成鶏・もも、豚肉、EM牛乳、しらす、チーズ 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、強力粉、黒砂糖 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、りんご、キャベツ、たまねぎ、にんじん</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 アガラサー</p>	<p>20 誕生会</p> <p style="font-size: 2em; color: red; font-weight: bold;">お弁当持参</p> <p style="text-align: center;">カルピス誕生会ケーキ</p> 		<p>21 ご飯 クリームシチュー スープ 小松菜としめじのゴマ和え ゼリー</p> <p>【赤】豚・かた・赤肉、牛乳、EM牛乳 【黄】ロールパン、じゃが芋、油、ごま、きび砂糖、さつま芋 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、さやいんげん、こまつな、しめじ、ゼリー</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スイートポテト</p>	<p>22 親子丼 みそ汁 プルーン</p> <p>【赤】鶏肉、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、油 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、えのき、わかめ、プルーン</p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>24 納豆ごはん イナムドチ タマナーチャンプルー バナナ</p> <p>【赤】納豆、豚かた肉、カマボコ、沖繩豆腐、EM牛乳、まぐろ、缶 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、ロールパン、マヨドレ 【緑】大根、しいたけ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン、バナナ</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ツナサンド</p>	<p>25 ふりかけご飯 みそ汁(ハチマ・豆腐) ハンバーグ スパゲティサラダ りんご</p> <p>【赤】沖繩豆腐、キングクリップ、鶏ひき肉、豆乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、油、パン粉、スパゲティ麺、マヨドレ、くずでん粉、黒砂糖 【緑】ハチマ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、干しぶどう、りんご</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 黒糖くずもち</p>	<p>26 梅入り混ぜご飯 ソーキ汁(冬瓜) インゲンのおかか和え パイン缶</p> <p>【赤】豚肉ソーキ、豚肉 【黄】精白米、おし麦、ごま、うこん、油 【緑】梅干し、しそ、なが昆布、にんじん、とうがんと、しいたけ、さやいんげん、パイン缶、キャベツ、ピーマン</p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり</p>	<p>27 玄米ご飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) 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>【赤】木綿豆腐、鶏ひき肉 【黄】精白米、おし麦、油、さつま芋、黒砂糖 【緑】チンゲンサイ、えのき、たまねぎ、にんじん、きくらげ、ネギ、しょうが、きゅうり、塩昆布、プルーン</p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 蒸し芋 黒糖(3歳～)</p>	<p>28 中華丼 みそ汁(麩・わかめ) 大根の甘酢和え ゼリー</p> <p>【赤】豚・かた・赤肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、焼きふ、黒砂糖、薄力粉 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、ピーマン、わかめ、根深ねぎ、大根</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 サーターアングー</p>	<p>29 マーボー豆腐丼 コーンスープ チーズ</p> <p>【赤】沖繩豆腐、豚ひき肉、チーズ 【黄】精白米 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、コーン</p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</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