

# 予 定 献 立 表

2020年6月分

月	火	水	木	金	土	
<b>1</b> 麦ご飯 じゃこひじきふりかけ なめこ汁 かぼちゃと豚肉のうま煮 夏みかん  <small>【赤】しらす,豆腐,豚,かた,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,ごま,三温糖,くるみ 【緑】にんじん,ひじき,なめこ,ネギ,かぼちゃ,たまねぎ,さやいんげん,しょうが,にんにく,なつみかん,にんじん</small> EM酪農牛乳 四参ケーキ	<b>2</b> 麦ご飯 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 バナナ  <small>【赤】べにざけ,豚肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,くずでん粉,黒砂糖 【緑】とうがんとん,わかめ,ネギ,コン,たまねぎ,アスパラガス,にんじん,バナナ</small> EM酪農牛乳 黒糖くずもち	<b>3</b> 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,じゃが芋) クープイリチー しそ入り卵焼き バナナ  <small>【赤】豚肉,カマボコ,鶏卵,EM牛乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,こんにやく,三温糖 【緑】チンゲンサイ,昆布,しいたけ,にんじん,しそ,りんご,味付けのり</small> EM酪農牛乳 母そおにぎり	<b>4</b> あわご飯 魚汁(カラシ) ゴーヤーチャンプルー 茹でコーン りんご  <small>【赤】たい,沖縄豆腐,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,さつま芋,三温糖 【緑】からし,たまねぎ,にんじん,ニガウリ,スイートコーン,オレンジ</small> EM酪農牛乳 苺つまいもクッキー	<b>5</b> 麦ご飯 ポークビーンズ すまし汁(小松菜,シメジ) パイナップル  <small>【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,スパゲティ麺,食パン 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,こまつな,しめじ,ハイジ,ブルーベリー,ジャム</small> EM酪農牛乳 苺パン 苺のめイカ	<b>6</b> 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ,水菜) 炒りどり オクラの梅和え ブルー  <small>【赤】生揚げ,鶏肉,しらす,さくらえび,チーズ 【黄】精白米,おし麦,さといも 【緑】きょうな,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,フルン,わかめ</small> 麦茶 苺シウムおにぎり	
<b>8</b> あわご飯 ゆし豆腐 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 愛媛県産甘夏フレッシュ  <small>【赤】ゆし豆腐,牛,かた,ローズグリーンピース,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,じゃが芋,三温糖 【緑】ネギ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,ワカメ,レモン</small> EM酪農牛乳 苺マボッキー	<b>9</b> 麦ご飯 そうめん汁 きびなご唐揚げ 鶏と冬瓜の煮物 りんご  <small>【赤】鶏,もも,みどり調整豆乳,牛乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,そうめん,さつま芋,砂糖,バター 【緑】ネギ,にんじん,とうがんとん,しいたけ,りんご</small> みどり調整豆乳 苺つま芋のガレット	<b>10</b> スパゲティミートソース(なす) すまし汁(とろろ昆布) コールスローサラダ オレンジ  <small>【赤】豚ひき肉,豚レバー,チーズ,カマボコ,しらす 【黄】スパゲティ麺,バター,三温糖,精白米,おし麦 【緑】にんじん,たまねぎ,ナス,しいたけ,削り昆布,ネギ,キャベツ,コン,オレンジ,えだまめ</small> 麦茶 苺かりおにぎり 苺まなしミニフィッシュ	<b>11</b> 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 すいか  <small>【赤】ウイナー,しらさげ,EM牛乳,ナチュラルチーズ,鶏卵,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,砂糖,ごま,ふ,三温糖 【緑】にんじん,きゅうり,さんとうさい,トマト,スイカ,ほうれんそう</small> EM酪農牛乳 苺一ズ蒸しパン	<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) バナナ  <small>【赤】鶏,もも,豚肉,牛乳,クリーム,グリーンピース,ツナ缶 【黄】パン,じゃが芋,オリーブ油,バター,精白米,おし麦 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ,こまつな,りよくとうもろやし,バナナ,味付けのり</small> 麦茶 苺ナマヨおにぎり	<b>13</b> 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー パイナップル  <small>【赤】納豆,豚肉,カマボコ,沖縄豆腐,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,マカロニ,黒砂糖 【緑】大根,しいたけ,からし,にんじん,パイナップル,缶</small> EM酪農牛乳 苺カロニきな粉	
<b>15</b> 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,油あげ) 豚肉のしょうが焼 かぼちゃサラダ オレンジ  <small>【赤】油揚げ,豚肉,EM牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,強力粉,バター 【緑】キャベツ,たまねぎ,ピーマン,しょうが,かぼちゃ,きゅうり,オレンジ,にんじん,ジュース</small> EM酪農牛乳 苺一ズスティック	<b>16</b> 梅入り混ぜご飯 ソーキ汁 インゲンのおかか和え メロン  <small>【赤】豚肉,ソーキ,EM牛乳,しらす 【黄】精白米,おし麦,ごま,ごま油,三温糖 【緑】梅干し,しそ,なが昆布,にんじん,大根,しいたけ,さやいんげん,メロン,ニラ,コン</small> EM酪農牛乳 苺チミ	<b>17</b> あわご飯 すまし汁(冬瓜,小松菜) 魚ハンバーグ れんこんのゴママヨサラダ バナナ  <small>【赤】キングクリップ,鶏ひき肉,豚肉 【黄】精白米,ごま,三温糖,ミルミル,胚芽米,おし麦 【緑】とうがんとん,こまつな,たまねぎ,れんこん,にんじん,さやいんげん,バナナ,しいたけ,からし</small> ミルミル 苺ロボロジュシー	<h2 style="font-size: 2em;">お弁当会</h2>		<b>19</b> 麦ご飯 スタミナカレー フルーツサラダ の煮干し佃煮 日  <small>【赤】豚ひき肉,豚レバー,チーズ,ヨーグルト,煮干し,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,かぼちゃ,ヘチマ,ニガウリ,みかん,バナナ,干しぶどう,えだまめ</small> EM酪農牛乳 苺ちや棒 苺豆	<b>20</b> 沖縄そば(肉入り) 野菜炒め(小松菜,えりんぎ) りんご  <small>【赤】豚肉,カマボコ,EM牛乳,油揚げ 【黄】沖縄そば,砂糖,ごま油,精白米,おし麦,三温糖,ごま 【緑】なが昆布,にんじん,ネギ,こまつな,エリンギ,りんご</small> EM酪農牛乳 苺つねおにぎり
<b>22</b> 麦ご飯 コンスープ(キャベツ) なすの挽き肉炒め 大豆サラダ オレンジ  <small>【赤】豚ひき肉,豆腐,豚肉,カマボコ,EM牛乳,ウイナー 【黄】精白米,おし麦,砂糖,ごま油 【緑】コン,キャベツ,ナス,にんじん,たまねぎ,トマト,きゅうり,ひじき,オレンジ</small> 麦茶 苺かチーズおにぎり 苺まなしミニフィッシュ	<div style="text-align: center;"> <h3 style="font-size: 1.5em;">慰霊の日</h3>  </div>	<b>24</b> 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ,玉ねぎ) レバーのカレー揚げ 野菜炒め(もやし,インゲン) バナナ  <small>【赤】豚レバー,鶏卵,豚肉,さくらえび 【黄】精白米,おし麦 【緑】かぼちゃ,たまねぎ,ネギ,にんにく,にんじん,キャベツ,りよくとうもろやし,さやいんげん,バナナ,こまつな</small> 青菜おにぎり 苺フル元気ヨーグルト	<b>25</b> あわご飯 すまし汁(大根,わかめ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) キャベツの和え物 りんご  <small>【赤】さば,しらす,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,三温糖,バター,砂糖 【緑】大根,わかめ,ネギ,しょうが,たまねぎ,キャベツ,きゅうり,りんご,ニガウリ,バナナ</small> EM酪農牛乳 苺夏ケーキ	<b>26</b> 麦ご飯 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) さくらんぼフレッシュ  <small>【赤】豚肉,沖縄豆腐,ツナ缶,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,ごま油,三温糖,さつま芋 【緑】しめじ,えのき,きょうな,ピーマン,赤ピーマン,りよくとうもろやし,たまねぎ,ほうれんそう,にんじん</small> EM酪農牛乳 苺し芋	<b>27</b> 親子どんぶり みそ汁(チンゲン菜,油揚げ) もーいとの和え物 チーズで鉄  <small>【赤】鶏肉,鶏卵,油揚げ,EM牛乳,脱脂粉乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,チンゲンサイ,モウイ,みかん,もも,缶</small> EM酪農牛乳 苺一チマフィン	
<b>29</b> 納豆みそごはん すまし汁(オクラ,豆腐) 切り干し大根炒め プチトマト おさつスティック  <small>【赤】豚ひき肉,豆腐,豚肉,カマボコ,EM牛乳,ウイナー 【黄】精白米,おし麦,三温糖,こんにやく,ロールパン 【緑】ネギ,オクラ,わかめ,切り干し大根,にんじん,しいたけ,トマト</small> EM酪農牛乳 苺パン(ウイナー)	<b>30</b> ふりかけご飯 みそ汁(小松菜,麩) 鮭のコーンフレーク揚げ なます ぶどう  <small>【赤】しらさげ,豚肉 【黄】精白米,おし麦,ふ,コーンフレーク,砂糖,うどん 【緑】こまつな,大根,にんじん,ぶどう,キャベツ,ピーマン</small> ジョア 苺きうどん	<p style="font-size: 1.2em; font-weight: bold;">★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、親子で料理を楽しむたりと、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>				

※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