

予 定 献 立 表

2024年6月分

ぶどうの木保育園

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、こ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、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 麦ご飯 すまし汁(絹ごし・ワカメ) 鮭のマヨネーズ焼き ひじき炒め りんご</p> <p><small>【赤】豆腐、べにざけ、豚肉、大豆、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、マヨドレ、しらたき、油、さつま芋、バター、きび砂糖 【緑】ワカメ、しめじ、たまねぎ、ひじき、にんじん、さやいんげん、りんご</small></p> <p>EM酪農牛乳 キャラメルポテト</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 フルーツゼリー(巨峰)</p> <p><small>【赤】成鶏・もも、生揚げ、EM牛乳、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、ネー、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 テヂミ</p>	<p>4 麦ご飯 ポークビーンズ(レバー)増し 春雨サラダ シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、ツナ缶、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、スパゲティ麺、油、はるさめ、きび砂糖、シークワーサーゼリー、はちや棒 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、きゅうり、トマト、ワカメ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 はちや棒 バナナ</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 バナナ</p> <p><small>【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、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>6 麦ご飯 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><small>【赤】さば、豚肉、赤箱牛乳 【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、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 焼き芋</p>	<p>7 麦ご飯 みそ汁(なす) まぐろカツ(ソース) 人参シリシリ(シラス) りんご</p> <p><small>【赤】きはだまぐろ、豆乳、しらす、EM牛乳 【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】ナス、ワカメ、ネギ、にんじん、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>8 すきやき丼 キュウリとワカメの和え物 チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】牛・かた、ローズ、沖縄豆腐、型抜きチーズ10鉄分、みどり調整豆乳、ツナ缶 【黄】精白米、おし麦、油、しらたき、きび砂糖 【緑】にんじん、はくさい、きゅうり、ワカメ、レモン、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 みそおにぎり</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 ブルー</p> <p><small>【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、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、かぼちゃ、きゅうり、ブルー、ネー</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ひらやちー</p>	<p>11 お弁当会</p>  <p><small>【赤】 【黄】 【緑】</small></p> <p style="text-align: center;">野菜ジュース チーズタルト</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 バナナ</p> <p><small>【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、カルゲン、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、バナナ、昆布、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 クファジュシーおにぎり</p>	<p>13 麦ご飯 魚汁(カラシ) マヨチーズちくわ ブロッコリーの和え物 パイン缶</p> <p><small>【赤】たい、竹輪、チーズ、脱脂粉乳、クリーム、赤箱牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、油、マヨドレ、薄力粉、炭酸飲料、サイダー、黒砂糖、油 【緑】からし、パセリ、乾、ブロッコリー、トマト、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 そペーパー</p>	<p>14 中華丼 みそ汁(麩・ワカメ) 大根の甘酢和え ソール元気ヨーグルト(玄米フレーク)</p> <p><small>【赤】豚・かた・赤肉、ソール、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、焼き、玄米フレーク、食パン 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、ピーマン、ワカメ、根深ねぎ、大根、いちご、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>15 保育参観</p>  <p><small>【赤】 【黄】 【緑】</small></p>
<p>17 もずく丼(しらす) みそ汁(白菜・トマト) スティックキュウリ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、しらす、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、米粉、バター 【緑】沖縄もずく、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、ワカメ、きゅうり、バナナ、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かぼちゃクッキー</p>	<p>18 麦ご飯 すまし汁(大根・わかめ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) きんぴら風煮(れんこん) りんご</p> <p><small>【赤】さば、豚ひき肉、EM牛乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、強力粉、薄力粉、バター、ゴマ 【緑】大根、ワカメ、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</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 チーズスティック</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) ブルー</p> <p><small>【赤】成鶏・もも、豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油 【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、ブルー</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 米粉バナナスタックケーキ</p>	<p>20 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 モズク酢(みかん) 味付小魚</p> <p><small>【赤】豚かた肉、ゴマなしミニフィッシュ、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油、きび砂糖、ケーキ 【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、沖縄もずく、きゅうり、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>21 ごはん クリームシチュー 小松菜としめじのゴマ和え バナナ</p> <p><small>【赤】豚・かた・赤肉、牛乳、赤箱牛乳 【黄】じゃが芋、油、ごま、きび砂糖、さつま芋 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリー、さやいんげん、こまつな、しめじ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 焼き芋</p>	<p>22 親子丼 みそ汁(えのき・わかめ) 味付小魚</p> <p><small>【赤】鶏肉、鶏卵、ゴマなしミニフィッシュ、みどり調整豆乳、ツナ缶 【黄】精白米、おし麦、油、マヨドレ 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、えのき、ワカメ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ツナマヨおにぎり</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><small>【赤】納豆、豚かた肉、カマコ、沖縄豆腐、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、ネー、バナナ、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ツナサンド</p>	<p>25 ふりかけご飯 みそ汁(ヘチマ・豆腐) 魚ハンバーグ スパゲティサラダ パイン缶</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、キングクリップ、鶏ひき肉、豆乳、まぐろ、缶、赤箱牛乳、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】ヘチマ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、干しぶどう、パイン缶</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 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 りんご</p> <p><small>【赤】豚肉ソーキ、豚肉 【黄】精白米、おし麦、ごま、中華めん、油 【緑】梅干し、しそ、なが昆布、にんじん、とうがん、しいたけ、さやいんげん、りんご、キャベツ、ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 やきそば</p>	<p>27 麦ご飯 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 パイン缶</p> <p><small>【赤】木綿豆腐、鶏ひき肉、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、さつま芋 【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、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 蒸し芋</p>	<p>28 カレーライス モーウイの甘酢和え ミートボール</p> <p><small>【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、油、きび砂糖、かりんとう 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、モーウイ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう バナナ</p>	<p>29 マーボー豆腐丼 コーンスープ(キャベツ) 土佐和え バナナ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、ごま油、ごま 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ネー、コーン、キャベツ、きゅうり、バナナ、塩昆布</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり</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