

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	2	3	4	5	6	7
献立	もずく丼（しらす） みそ汁（ハヤ・豆腐） ツナ和え（小松菜・人参） チーズ１０鉄分入り	麦ご飯 みそ汁（チンゲン菜・えのき） 厚揚げ豆腐と野菜のうま煮 タンドリーチキン オレンジ	麦ご飯 すまし汁（しめじ・えのき・水菜） 鮭のごま味噌焼き ゴーヤーチャンプルー パインアップル	麦ご飯 みそ汁（厚揚げ・ねぎ） トンカツ 人参ソテー（シラ）	麦ご飯 ボルシチ おからサラダ プルーン	うどん（鶏肉） さつまいものゴマ和え バナナ
主な食材	米・押麦・もずく・豚ひき肉・にんじん・にんにく・きび砂糖・ピーマン・赤ピーマン・しらす干し・トマトソース・へちま・沖縄豆腐・こまつな・まぐろ缶・マヨドレ・チーズ・牛乳・にら・油	米・押麦・チンゲンサイ・えのきたけ・凍り豆腐・豚かた・キャベツ・にんじん・たまねぎ・油・きび砂糖・片栗粉・鶏もも・青ピーマン・赤ピーマン・ヨーグルト・しょうが・にんにく・ルツ・牛乳・焼きふ・クリーム・脱脂粉乳	米・押麦・しめじ・えのきたけ・きょうな・しろさけ・油・こま・きび砂糖・油・沖縄豆腐・豚かた・たまねぎ・にんじん・にがり・パインアップル・牛乳・さつまいも・バター	米・押麦・生揚げ・葉ねぎ・豚ひ肉・薄力粉・豆乳・パン粉・油・にんじん・しらす干し・牛乳・くずでん粉・豆乳・きび砂糖・きな粉	米・押麦・牛かた肉・豚レバー・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・しめじ・さやいんげん・油・トマトピューレー・薄力粉・バター・クリーム・おから・焼き竹輪・きゅうり・トマトソース・マヨドレ・プルーン・牛乳・おろし・きゅうり・焼きふ	うどん・鶏もも・きび砂糖・チンゲンサイ・にんじん・さつまいも・さやいんげん・マヨドレ・こま・バナナ・牛乳・米・かつおふりかけ
おやつ	EM酪農牛乳、チヂミ	EM酪農牛乳、ふむふむ（麩のおやつ）	EM酪農牛乳、トマトト	赤箱牛乳、豆乳のくずもち	赤箱牛乳、かりんとう、バナナ	麦茶、ふりかけおにぎり
朝おやつ	9	10	11	12	13	14
献立	麦ご飯 みそ汁（ハヤ・じゃが芋） チキンママレード煮 野菜炒め（キャベツ・たまねぎ） プルーン	お弁当会 	ふりかけご飯 魚汁 炒りどり 大根サラダ オレンジ	麦ご飯 みそ汁（なす） 揚げ豆腐のあんかけ パパイヤイリチー	カレーライス（魚） 小松菜とコーンのゴマ和え フルーツサラダ	保育参加 
主な食材	米・押麦・からしな・じゃがいも・鶏手羽・マレード・キャベツ・たまねぎ・にんじん・豚かた・油・プルーン・牛乳・じゃがいもでん粉・きび砂糖・かぼちゃ・バター		米・押麦・かつおふりかけ・たい・葉ねぎ・鶏もも・にんじん・こぼろ・乾ししいたけ・さといも・さやいんげん・油・大根・大根・きゅうり・まぐろ缶・こま・きび砂糖・ルツ・牛乳・強力粉・薄力粉・ベーキングパウダー・チーズ・バター・ゴマ	米・押麦・なす・葉ねぎ・木綿豆腐・じゃがいもでん粉・油・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・きくらげ・しょうが・パパイア・にら・まぐろ缶・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・鶏卵・サイダー・黒砂糖	米・押麦・キングクリップ・豚かた肉・鶏レバー・にんじん・じゃがいも・たまねぎ・にんにく・油・カレールウ・脱脂粉乳・青ピーマン・こまつな・トマトソース・こま・きび砂糖・みかん缶・バナナ・干しぶどう・ヨーグルト・牛乳・さつまいも	
おやつ	EM酪農牛乳、かぼちゃクッキー	飲む野菜と果実、チーズタルト	EM酪農牛乳、チーズスティック	赤箱牛乳、そべポーポー	赤箱牛乳、蒸し芋（減）	
朝おやつ	16	17	18	19	20	21
献立	クファージュシー ゆし豆腐（ねぎ） クービーリチー オレンジ	麦ご飯 みそ汁（かぼちゃ・しめじ） わかさぎのカレー揚げ 麩チャンプルー チーズ１０鉄分入り	麦ご飯 すまし汁（絹ごし・青菜） ピーマンと豚肉の味噌炒め スパゲティサラダ パイン缶	梅入り混ぜご飯 ソーキ汁（冬瓜） いんげんソテー みかん	麦ご飯 ポークビーンズ（ハヤ）増し かぼちゃサラダ ソファール元気ヨーグルト	沖縄そば（肉入り） 小松菜と油揚げのおかか和え バナナ
主な食材	米・豚かた・にんじん・刻み昆布・油・ゆし豆腐・葉ねぎ・乾ししいたけ・こんにゃく・蒸しかまぼこ・ルツ・牛乳・きび砂糖	米・押麦・かぼちゃ・しめじ・わかさぎ・薄力粉・油・にんじん・キャベツ・たまねぎ・りよくとうもろやし・豚かた・焼きふ・鶏卵・チーズ・ジョア・ロールパン・まぐろ缶・トマトソース缶・マヨドレ	米・押麦・絹ごし豆腐・こまつな・豚かた・油・青ピーマン・赤ピーマン・りよくとうもろやし・たまねぎ・油・きび砂糖・スパゲティ・にんじん・きゅうり・まぐろ缶・干しぶどう・マヨドレ・パインアップル缶・牛乳・うどん・キャベツ	米・押麦・梅干し・こま・しろ・豚肉ソーキ・なが昆布・にんじん・とうがん・乾ししいたけ・さやいんげん・豚かた・油・みかん・牛乳・米粉・ココア・ベーキングパウダー・絹ごし豆腐・豆乳・きび砂糖・ホットクリーム・粉糖・パインアップル缶	米・押麦・大豆・豚ひき肉・豚レバー・たまねぎ・にんじん・さやいんげん・スパゲティ・油・じゃがいもでん粉・かぼちゃ・じゃがいも・きゅうり・マヨドレ・ソファール・牛乳・はちや棒・ゴマなしミニフィッシュ	沖縄そば・なが昆布・豚かた肉・きび砂糖・ゆし豆腐・にんじん・葉ねぎ・こまつな・油揚げ・バナナ・牛乳・米・塩昆布・こま
おやつ	麦茶、ヒラヤーチー	ジョア（マスカット）80、ツナサンド	EM酪農牛乳、イチゴステックケーキ	赤箱牛乳、カップケーキ（ココア）	赤箱牛乳、はちや棒、味付小魚	麦茶、塩昆布おにぎり
朝おやつ	23	24	25	26	27	28
献立	慰霊の日 	麦ご飯 みそ汁（山東菜・豆腐） ポークケチャップ さつまいもの甘辛煮 黄桃缶	麦ご飯 すまし汁（白菜・トマト） 鮭のマヨネーズ焼き ひじき炒め バナナ	麦ご飯 みそ汁（じゃがいも・玉ねぎ） ごぼう入り鶏つくね ブロッコリーソテー オレンジ	ロールパン ビーフシチュー れんこんのゴママヨサラダ フルーツゼリー（巨峰）	八宝菜（丼） 大根の甘酢和え プルーン
主な食材		米・押麦・さんとうさい・沖縄豆腐・豚かた・じゃがいもでん粉・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・油・さつまいも・みかん・牛乳・キャベツ・ホットケーキ粉・豚ソーセージ・チーズ・マヨドレ	米・押麦・はくさい・トマト・カットわかめ・ベにぎけ・しめじ・たまねぎ・マヨドレ・ほしひじき・にんじん・豚かた・大豆・さやいんげん・しらたき・油・バナナ・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・バター・きび砂糖・鶏卵・にがり	米・押麦・じゃがいも・たまねぎ・葉ねぎ・鶏ひき肉・鶏レバー・ごぼう・沖縄豆腐・しょうが・じゃがいもでん粉・油・ブロッコリー・豚かた・にんじん・トマトソース缶・ルツ・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・きび砂糖	ロールパン・牛かた肉・豚レバー・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・しめじ・青ピーマン・油・トマトピューレー・薄力粉・バター・クリーム・れんこん・さやいんげん・こま・マヨドレ・きび砂糖・フルーツゼリー（巨峰）・麦茶・米・梅干し・かつお節・味付けのり	米・押麦・豚かた・はくさい・にんじん・たまねぎ・乾ししいたけ・たけのこ水煮缶・青ピーマン・きくらげ・油・きび砂糖・じゃがいもでん粉・大根・プルーン・牛乳・まぐろ缶・味付けのり
おやつ		赤箱牛乳、きゃべつまフィン（減）	EM酪農牛乳、若夏ケーキ2	赤箱牛乳、ちんすこう（手作り）	麦茶、梅おかかおにぎり	みどり調整豆乳、ホットケーキ
朝おやつ	30	<div>☆6月は食育月間です☆</div> <div>「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。</div> <div>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。</div> <div>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。</div> <div></div>				
献立	納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー バナナ					
主な食材	米・押麦・納豆・豚かた・大根・こんにゃく・乾ししいたけ・蒸しかまぼこ・からしな・沖縄豆腐・にんじん・たまねぎ・油・バナナ・牛乳・ライ麦粉・薄力粉・ベーキングパウダー・きび砂糖・豆乳・干しぶどう					
おやつ	EM酪農牛乳、スコーン（卵乳なし）					

※ 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