

| | 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 人参炒め(ジラス) | 麦ご飯 ボルシチ おかからサラダ ブルーン | 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・ズイトコソ・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・しめじ・えのきだけ・きょうな・しづさけ・油・ごま・きび砂糖・油・沖縄豆腐・豚かた・たまねぎ・にんじん・にがうり・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・豚ひき肉・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・牛かたロース・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・おかから・焼き竹輪・きゅうり・ズイトコソ・マヨドレ・ブルーン・牛乳・かの・かの・バナナ | 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・ごま・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、ズイトボーテ | 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(カラメ・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) ブルーン | 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・マーレード・キャベツ・たまねぎ・にんじん・豚かた・油・ブルーン・牛乳・じゃがいもでん粉・きび砂糖・かぼちゃ・バター | 米・押麦・かつおぶりかけ・だい・葉ねぎ・鶏もも・にんじん・ごぼう・乾しいたけ・さといも・さやいんげん・油・大根・大根・きゅうり・まぐろ缶・ごま・きび砂糖・れんげ・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・パパイヤ・にら・まぐろ缶・牛乳・薄力粉・ベーキングハウダー・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・ズイトコソ・ごま・きび砂糖・みかん缶・バナナ・干しうどう・ヨーグルト・牛乳・さつまいも | 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・ソフール・牛乳・はちや棒・ゴマなしミニフィッシュ | |
| 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、そベポーポー | 赤箱牛乳、蒸し芋(減) | |
| 朝おやつ | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 献立 | クファジューシー ゆし豆腐(ねぎ) クーブイリチー 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(レバ-)増し かぼちゃサラダ ソフ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・乾しいたけ・こんにゃく・蒸しかまぼこ・れんげ・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・りょくとうもやし・豚かた・油・さやいんげん・きゅうり・まぐろ缶・干しほどう・マヨドレ・パインアップル缶・牛乳・うどん・キャベツ・ジョア・ロールパン・まぐろ缶・ズイトコソ缶・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・りょくとうもやし・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・干しほどう・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・ごま・しそ・豚肉ソーキ・なが昆布・にんじん・とうがん・乾しいたけ・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・豚かたロース・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・ごま |
| おやつ | 麦茶、ヒラヤーチー | ジョア(マカット)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 | 慰靈の日 | 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 プロッコリソテー <ol style="list-style-type: none">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) | ハ宝菜(丼) 大根の甘酢和え ブルーン |
| 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・トト・カットわかめ・べにざけ・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・にがうり | 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・プロッコリー・豚かた・にんじん・ズイトコソ缶・れんげ・牛乳・薄力粉・ベーキングパウダー・きび砂糖 | ロールパン・牛かたロース・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・ごま・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・乾しいたけ・たけのこ水煮缶・青ピーマン・さやいんげん・きくらげ・油・きび砂糖・じゃがいもでん粉・大根・ブルーン・牛乳・まぐろ缶・味付けのり | |
| おやつ | | 赤箱牛乳、きゃべつマフィン(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 | | | | | |
| 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 | ☆6月は食育月間です☆ | | | | |
| 主な食材 | 米・押麦・納豆・豚かた・大根・こんにゃく・乾しいたけ・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・干しうどう | | | | | |
| おやつ | EM酪農牛乳、スcone(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。

《アレルゲン食品表示を規定している食品》

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