




# 予 定 献 立 表

2019年7月分

月	火	水	木	金	土	
<p>1 ご飯 みそ汁(白菜,しめじ) 桜えび入り卵焼き クービイリチー バナナ</p> <p><small>【赤】鶏卵,さくらえび,豚肉,カマボコ,EM牛乳,しらす 【黄】胚芽米,こんにやく,三温糖,ごま油 【緑】はくさい,生しめじ,ネギ,昆布,しいたけ,にんじん,バナナ,ニラ,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チヂミ</p>	<p>2 あわご飯 みそ汁(えのき,冬瓜) 鶏のから揚げ 野菜炒め(人参,ピーマン) すいか</p> <p><small>【赤】鶏,もも,ツナ缶,チーズ 【黄】胚芽米 【緑】えのきとうが,ワカメ,ネギ,にんじん,ピーマン,キャベツ,スィカ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>3 お誕生日おめでとう</p>  <p>お誕生日おめでとう</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏卵,EM牛乳 【黄】胚芽米,おし麦 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,こまつな,りょうとうもろこし,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 紅芋パン</p>	<p>4 親子どんぶり 小松菜の和え物(おかか) ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏卵,EM牛乳 【黄】胚芽米,おし麦 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,こまつな,りょうとうもろこし,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 紅芋パン</p>	<p>5 ご飯(ゆかり) きらきらスープ(オクラ) チーズハンバーグ 献 コールスローサラダ 立 セタデザート</p> <p><small>【赤】豆腐,牛,ひき肉,豚レバー,ハム 【黄】胚芽米,三温糖,そうめん,星型せんべい 【緑】オクラ,にんじん,たまねぎ,キャベツ,コーン,きゅうり,トマト,みかん</small></p> <p style="text-align: center;">冷やしそうめん 星型せんべい</p>	<p>6 ご飯 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) チキン照り焼き なべーらーんぶしー りんご</p> <p><small>【赤】鶏,もも,豚肉,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】胚芽米 【緑】しめじ,えのき,きょうな根深ねぎ,しょうが,にんじん,へちま,りんご,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり チーズで鉄</p>	
<p>8 ご飯 みそ汁(キャベツ,生揚げ) 松風焼き きゅうりともやしの和え物 ブルー</p> <p><small>【赤】生揚げ,鶏ひき肉,鶏レバー,EM牛乳 【黄】胚芽米,三温糖,ごま 【緑】キャベツ,たまねぎ,きゅうり,りょうとうもろこし,ブルー,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 米粉のバナナ蒸しケーキ</p>	<p>9 ご飯 みそ汁(冬瓜,ねぎ) 鯖の香味焼き 野菜炒め(キャベツ,インゲン) パインアップル</p> <p><small>【赤】さば,豚肉,EM牛乳,ツナ缶 【黄】胚芽米,三温糖 【緑】とうが,ネギ,にんじん,キャベツ,さやいんげん,りょうとうもろこし,パイン,ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ひらやちー</p>	<p>10 トマトスパゲティ 豚肉と白菜のスープ さつまいもの甘辛煮 チーズでカルシウム</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚かた肉,チーズ,煮干し 【黄】スパゲティ,麺,ごま油,さつまい,胚芽米,三温糖,砂糖 【緑】トマト,たまねぎ,しめじ,はくさい,にんじん,ネギ,焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり 煮干し佃煮</p>	<p>11 ご飯 みそ汁(へちま,豆腐) わかさぎのカレー揚げ パパイヤイリチー りんご</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,わかさぎ,豚肉,EM牛乳 【黄】胚芽米,砂糖,バター 【緑】へちま,パパイヤ,にんじん,ニラ,りんご,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>12 ロールパン クリームシチュー(豚肉) キャベツのゴマ和え バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた,豚レバー,クリーム,牛乳,EM牛乳 【黄】ロールパン,じゃが芋,バター,ごま 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ,さやいんげん,キャベツ,バナナ,スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒棒 茹でコーン</p>	<p>13 チキンピラフ すまし汁(絹ごし,レタス) マカロニサラダ プチトマト</p> <p><small>【赤】鶏,もも,豆腐,ツナ缶,豆乳(ココア),きな粉 【黄】胚芽米,スパゲティ,もち米,三温糖 【緑】たまねぎ,にんじん,ピーマン,にんにく,レタス,しめじ,きゅうり,干しぶどう,トマト</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳(ココア味) きなこおぼろ</p>	
<p>15 海の日</p> 	<p>16 納豆ごはん イナムドチ ゴーヤーチャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆,豚肉,カマボコ,沖縄豆腐,豚肉,EM牛乳,チーズ 【黄】胚芽米,こんにやく,強力粉,バター 【緑】大根,しいたけ,たまねぎ,にんじん,ニラ,オレンジ,にんじん,ジュース</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズスティック</p>	<p>17 ご飯 かきたま汁(レタス) 鮭のマヨネーズ焼き 赤瓜の煮つけ ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏卵,べにざけ,豚肉,しらす,油揚げ 【黄】胚芽米,三温糖,ごま砂糖 【緑】レタス,生しめじ,たまねぎ,モウイ,にんじん,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 アーモンドミニフィッシュ</p>	<p>18 あわご飯 みそ汁(小松菜,麩) レバーの炒め物 ワカと春雨のサラダ すいか</p> <p><small>【赤】豚レバー,ツナ缶,EM牛乳 【黄】胚芽米,ふ,三温糖,はるさめ,ケーキ 【緑】こまつな,にんじん,たまねぎ,りょうとうもろこし,ニラ,にんにく,きゅうり,ワカメ,トマト,スィカ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>19 もずく丼 食育の日 オクラの梅和え シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,鶏卵,EM牛乳 【黄】胚芽米,おし麦,砂糖,さつまい,黒砂糖 【緑】沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,オクラ,梅干し</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 蒸し芋 黒糖</p>	<p>20 沖縄そば へちまサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,カマボコ,鶏卵,ツナ缶,EM牛乳 【黄】胚芽米,砂糖,オリーフ,油,胚芽米 【緑】ネギ,へちま,コーン,トマト,レモン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ふりがけおにぎり</p>	
<p>22 ご飯 みそ汁(チンゲン菜,じゃが芋) チキンマムレード煮 オクラ入り麩炒め プチトマト</p> <p><small>【赤】鶏,羊羽,豚肉 【黄】胚芽米,じゃが芋,ふ,ごま 【緑】チンゲンサイ,オレンジ,マムレード,オクラ,にんじん,トマト,梅干し,しそ,葉味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(ピーチ) 梅しそおにぎり</p>	<p>23 ご飯 みそ汁(小松菜,しめじ) 豆腐と鯖のハンバーグ 野菜炒め(もやし,ひじき) ぶどう</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,さば缶詰,豚肉,EM牛乳,鶏卵,チーズ 【黄】胚芽米,砂糖 【緑】こまつな,しめじ,にんじん,ネギ,しょうが,キャベツ,りょうとうもろこし,ひじき,ぶどう,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 コーンのお焼き</p>	<p>24 まぜご飯 すまし汁(冬瓜,ねぎ) 白和え(ゴーヤー,人参) りんご</p> <p><small>【赤】豚肉,さくらえび,鶏卵,沖縄豆腐,ツナ缶,EM牛乳 【黄】胚芽米,砂糖,白玉粉,三温糖,バター,ココナツパウダー 【緑】ひじき,にんじん,からし,なとうが,ネギ,ニラ,りんご,かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ココナツもちケーキ</p>	<p>25 ふりかけご飯 みそ汁(大根,キャベツ,ねぎ) 魚のてんぷら うんちえー炒め パインアップル</p> <p><small>【赤】きはだまぐろ,豚肉,豚肉 【黄】胚芽米,ごま油,三温糖 【緑】大根,キャベツ,ネギ,ようさい,にんじん,にんにく,パイン,昆布</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 クファジュシーおにぎり</p>	<p>26 麦ご飯 チキンカレー フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏レバー,ヨーグルト,みどり調整豆乳 【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,バター,食パン 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,みかん,バナナ,干しぶどう,いちご,ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ジャムパン</p>	<p>27 ご飯 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) 茹で卵 チンジャオロース オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏卵,豚肉,EM牛乳 【黄】胚芽米,砂糖,ごま油,ライ麦,全粒粉,三温糖 【緑】しめじ,えのき,きょうなしょうが,りょうとうもろこし,たけのこ,水菜,ピーマン(赤,黄,緑),オレンジ,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スコーン</p>	
<p>29 ご飯 みそ汁(山東菜,麩) 生揚げのそぼろ煮 きゅうり和え(オクラ) ミニゼリー(ブルー)</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,生揚げ,ツナ缶,煮干し 【黄】胚芽米,ふ,はるさめ,三温糖,砂糖 【緑】さんとうさい,にんじん,さやいんげん,きゅうり,オクラ,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり 煮干し佃煮</p>	<p>30 タコライス すまし汁(小松菜,冬瓜) 枝豆 バナナ</p> <p><small>【赤】牛ひき肉,豚レバー,みどり調整豆乳 【黄】胚芽米,はちみつ,バター 【緑】にんにく,たまねぎ,にんじん,レタス,トマト,こまつな,とうが,えだまめ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 米粉ホットケーキ(ココア)</p>	<p>31 あわご飯 そば汁 からし菜チャンプルー かぼちゃ含め煮 すいか</p> <p><small>【赤】カマボコ,沖縄豆腐,豚肉,EM牛乳,しらす,チーズ 【黄】胚芽米,沖縄そば,生食パン 【緑】ネギ,からし,にんじん,かぼちゃ,スィカ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 じゃこトースト</p>	<p>～簡単にできる楽しい食育～</p> <p>子どもたちが食材に触れることは、食べ物に興味・関心を持つきっかけになります。旬のとうもろこしや枝豆を給食に取り入れるとき、園児に皮むきなどの下処理をしてもらうことがあります。子どもたちは本当に楽しそうにお手伝いしてくれます。ご家庭でもおすすめの食育です😊</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・キウイ・牛肉・くるみ・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・ごま・カシューナッツ  
★発症度が多く重症度が高いもの…卵、乳、小麦、そば、落花生