

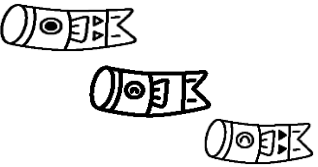


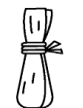


予 定 献 立 表

あおば保育園

2023年5月分

月	火	水	木	金	土
<p>1 ふりかけご飯 みそ汁(山東菜,えのき) 島豆腐と野菜のうま煮 きゅうりの塩昆布あえ バナナ</p> <p><small>【赤】凍り豆腐,豚かた・赤肉,発酵乳,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】さんとうさい,えのき,キャベツ,にんじん,たまねぎ,きゅうり,塩昆布,パインアップル缶,ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト スコーン(ほうれん草,チーズ)</p>	<p>2 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,しめじ) チキンマレード煮 アスパラソテー りんご</p> <p><small>【赤】成鶏・もも,豚かた肉,発酵乳,豆乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,くずでん粉,きび砂糖 【緑】チンゲンサイ,しめじ,オレシ・マレード,アスパラガス,たけのこ水煮缶,にんじん,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 豆乳のくずもち</p>	<p>3</p> <p style="font-size: 2em;">憲法記念日</p> 	<p>4</p> <p style="font-size: 2em;">みどりの日</p> 	<p>5</p> <p style="font-size: 2em;">こどもの日</p> 	<p>6 マーボー豆腐丼 みそ汁 チーズ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,チーズ 【黄】精白米,おし麦 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>8 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ,油揚げ) ゴーヤーチャンプルー ウインナー バナナ</p> <p><small>【赤】油揚げ,沖縄豆腐,豚肉,ウインナー,発酵乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,さつま芋,バター,きび砂糖 【緑】かぼちゃ,根深ねぎ,たまねぎ,にんじん,ニガウリ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 大学芋</p>	<p>9 スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ 粉ふきいも(青のり) りんご</p> <p><small>【赤】ウインナー,チーズ,豚かた肉,発酵乳,豆乳 【黄】スパゲティ麺,オリブ油,じゃが芋,きび砂糖,油,米粉 【緑】にんじん,たまねぎ,トビ・ピーマン,はくさい,あおのり,りんご,にんじん,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 米粉のバナナケーキ(コア)</p>	<p>10 麦ご飯 みどり調整豆乳 鯖の梅焼き デークニーイリチー 清見みかん</p> <p><small>【赤】さば,EM牛乳,豆乳,しらす 【黄】精白米,おし麦,精白米,ごま,油,きび砂糖 【緑】こまつな,梅干し,大根,にんじん,さやいんげん,タンゴロール,ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 じゃこひじきおにぎり</p>	<p>11 麦ご飯 みそ汁(なす) 魚フライタルタルソース ブロッコリーソテー チーズで鉄</p> <p><small>【赤】しいら,豆乳,鶏卵,豚かた肉,発酵乳,きな粉,チーズ,ナチュラス・チーズ,クリーム,牛乳 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,パン粉,油,マヨドレ,油,きび砂糖 【緑】ナス,ワカメ,ネギ,たまねぎ,きゅうり,赤ピーマン,ブロッコリー,にんじん,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト チーズ蒸しパン</p>	<p>12 カレーライス(チキン・玄米) おからサラダ スープ ドラゴンフルーツゼリー</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏レバー,おから,竹輪,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,マヨドレ,玄米,フレーク,油,マッシュマロ 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,きゅうり,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 玄米フレークスナック</p>	<p>13 もずく丼 みそ汁 プルーン</p> <p><small>【赤】油揚げ,豚肉,鶏ひき肉 【黄】精白米,おし麦,はるさめ,ごま油 【緑】もずく,ピーマン,にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>15 そぼろ丼 みそ汁(白菜,麩) 切り干し大根サラダ バナナ</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,鶏卵,まぐろ・缶詰 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,ふ,ごま 【緑】ほうれんそう,はくさい,切り干し大根,きゅうり,にんじん,味付けのり,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 わかめおにぎり</p>	<p>16 ふりかけご飯 みそ汁(青菜,厚揚げ) きびなご唐揚げ 白菜サラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】生揚げ,スルメ,小,発酵乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,きび砂糖,油,強力粉,黒砂糖 【緑】こまつな,はくさい,りんご,きゅうり,にんじん,オレンジ,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 黒糖カステラ</p>	<p>17 麦ご飯 すまし汁(絹ごし,青菜) 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】豆腐,しろさげ,EM牛乳,さば缶詰 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,じゃが芋,マヨドレ,きび砂糖,油,ケーキ 【緑】こまつな,たまねぎ,キャベツ,しめじ,かぼちゃ,きゅうり,りんご,にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>18 麦ご飯 みそ汁(ほうれん草,油揚げ) ポークのアップルソース 野菜炒め(キャベツ,たまねぎ) パイン缶</p> <p><small>【赤】油揚げ,豚かた肉,豚肉,発酵乳 【黄】精白米,おし麦,豆腐,そうめん 【緑】ほうれんそう,りんご,キャベツ,たまねぎ,にんじん,ネギ,パインアップル缶</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ソーメンタチャー</p>	<p>19 キッズピピンバ(玄米) みそ汁(大根,ワカメ) かぼちゃ含め煮 シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,ごま油,きび砂糖,ごま,シークワーサーゼリー,食パン 【緑】にんにく,しょうが,たけのこ水煮缶,しいたけ,にんじん,りょくとうもやし,ほうれんそう,大根,ワカメ,ネギ,かぼちゃ,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>20 クファージュシー チーズ</p> <p><small>【赤】豚肉,チーズ 【黄】精白米 【緑】昆布,にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>22 あわご飯 みそ汁(小松菜,しめじ) 豚肉のしょうが焼き スティックキュウリ バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,発酵乳,鶏卵 【黄】精白米,あわ精白粒,油,薄力粉,バター,きび砂糖 【緑】こまつな,しめじ,ネギ,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,しょうが,きゅうり,ニガウリ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 若夏ケーキ</p>	<p>23 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) 鯖の香味焼き ひじき炒め 清見みかん</p> <p><small>【赤】さば・生,豚肉,大豆,油揚げ 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,こんにやく・しらたき,油,ごま 【緑】キャベツ,えのき,ショウガ,にんにく,ひじきにんじん,さやいんげん,タンゴロール</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司</p>	<p>24 クファージュシー ゆし豆腐(アーサ) 鶏と野菜の煮物 りんご</p> <p><small>【赤】豚肉,ゆし豆腐,若鶏・もも,EM牛乳 【黄】精白米 【緑】にんじん,昆布,ネギ,あおさ,とうがら,さやいんげん,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM牛乳 ホットケーキ</p>	<p>25</p> <p style="font-size: 1.5em; color: red;">2・3・4・5歳児バス遠足</p> <p style="font-size: 2em; color: red;">全園児お弁当</p>  <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト さつま芋の天ぷら</p>	<p>26 玄米 クリームシチュー 小松菜の和え物(おかか) スープ みかんゼリー</p> <p><small>【赤】若鶏・もも,牛乳,クリーム,グリーンピース,ツナ缶 【黄】精白米,玄米,じゃが芋,オリブ油,バター,薄力粉,マヨドレ 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ,こまつな,りょくとうもやし,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり</p>	<p>27 麦ご飯 みそ汁 八宝菜 プルーン</p> <p><small>【赤】生揚げ,豚かた肉 【黄】精白米,おし麦 【緑】ネギ,はくさい,にんじん,たまねぎ,しいたけ,プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>29 納豆ごはん ちむしんじ パパイアイリチー バナナ</p> <p><small>【赤】納豆,豚かた肉,豚レバー,まぐろ缶詰,しらす 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油 【緑】にんじん,ネギ,にんにく,パイア,ニラ,バナナ,えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり(しらす)</p>	<p>30 麦ご飯 すまし汁(ほうれん草,竹輪) 魚ハンバーグ スパゲティサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】竹輪,キングクリップ,鶏ひき肉,豆乳,まぐろ・缶詰,発酵乳,木綿豆腐 【黄】精白米,おし麦,油,パン粉,スパゲティ麺,マヨドレ,ホットケーキ,ゴマ(黒),ごま 【緑】ほうれんそう,たまねぎ,にんじん,きゅうり,干しぶどう,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ごまごま豆腐パン</p>	<p>31 麦ご飯 みそ汁(山東菜,豆腐) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) りんご</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,成鶏・もも,豚かた肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,はちみつ,ホットケーキミックス 【緑】さんとうさい,にんにく,キャベツ,にんじん,ピーマン,りょくとうもやし,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ホットケーキ</p>	<p>《5月5日は端午の節句》</p> <p>端午の節句は子どもの健やかな成長と厄除けを願う行事で、柏餅やちまきを食べる風習があります。柏の葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから子孫繁栄の願いが込められています。ちまきは笹の葉などで餅などを三角形に巻いたものです。</p> <p>二千年以上前に中国で生まれ、日本に伝わってきました。危険から身を守るという意味があります。</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