

予 定 献 立 表

2023年9月分

あおば保育園

月	火	水	木	金	土	
						
<p>4 あわご飯 みそ汁(小松菜,油揚げ) チキンマレード煮 粉ふきいも(青のり) バナナ</p> <p><small>【赤】油揚げ,成鶏・手羽,ツナ缶 【黄】精白米,あわ精白粒,じゃが芋,マヨドレ 【緑】こまつな,オレンジ・マレード,あおのり,バナナ,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり</p>	<p>5 麦ご飯 みそ汁(山東菜,豆腐) きびなごの蒲焼き風 へちまサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,スルルー小,まぐろ・缶詰,発酵乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,ごま,オリーブ油,ライ麦,薄力粉,油 【緑】さんとうさい,へちま,コン,トマト,レモン,オレンジ,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト スコーン</p>	<p>6 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ,しめじ) 豚肉のケチャップ煮 春雨サラダ すいか</p> <p><small>【赤】豚かた肉,ツナ缶,ゴマなしミニフィッシュ,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,はるさめ,きび砂糖,食パン,バター 【緑】かぼちゃ,しめじ,ネギ,たまねぎ,ピーマン,黄ピーマン,生,きゅうり,トマト,ワカメ,すいか</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 シナモントースト 味付小魚</p>	<p>7 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) 鯖の香味焼き ひじき炒め りんご</p> <p><small>【赤】さば,豚肉,大豆,挽きわり納豆,豚ひき肉 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,こんにやく・しらたき,油 【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,りんご,ネギ,焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり</p>	<p>1 麦ご飯(玄米) ポークビーンズ スープ 切り干し大根サラダ うめゼリー</p> <p><small>【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,まぐろ缶,EM牛乳,型抜きチーズ10鉄分,豆乳 【黄】精白米,おし麦,玄米,スパゲティ麺,油,ごま,きび砂糖,ホットケーキ 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,切り干し大根,きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 セサミスティック チーズ10鉄分入り 麦茶お菓子</p>	<p>2 もずく丼 スープ チーズ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,鶏卵,チーズ 【黄】精白米,おし麦 【緑】沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン</small></p>	
<p>11 あわご飯 みそ汁(チンゲン菜,えのき) 生揚げのそぼろ煮 キャベツサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,生揚げ,発酵乳,EM牛乳,クリーム,脱脂粉乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,はるさめ,きび砂糖,玄米,フレーク,焼きふ・観世ふ 【緑】チンゲンサイ,えのき,にんじん,さやいんげん,キャベツ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ふむふむ(麩のおやつ)</p>	<p>12 スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ かぼちゃサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】ウインナー,チーズ,豚かた肉,鮭フレーク 【黄】スパゲティ麺,オリーブ油,じゃが芋,マヨドレ,精白米 【緑】にんじん,たまねぎ,トマト,ピーマン,はくさい,かぼちゃ,きゅうり,バナナ,こまつな,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 青菜おにぎり(鮭)</p>	<p>13 クリームシチュー(玄米) 小松菜の和え物(おかか) すいか</p> <p style="text-align: center;">お招き会</p> <p><small>【赤】若鶏・もも,牛乳,クリーム,グリーンピース 【黄】精白米,玄米,じゃが芋,薄力粉 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ,こまつな,りょうとうもろやし,沖縄もずく,ニラ,すいか</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 もずく入りひらやちー</p>	<p style="font-size: 2em; color: red; font-weight: bold;">バス遠足 全園児お弁当</p>  <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ジャムサンド</p>		<p>8 スタミナカレー(玄米ご飯) 白菜サラダ スープ シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚レバー,チーズ,EM牛乳,木綿豆腐 【黄】精白米,おし麦,玄米,じゃが芋,油,きび砂糖,シークワサーゼリー,ホットケーキ,ゴマ 【緑】たまねぎ,にんじん,かぼちゃ,へちま,ニカウリ,はくさい,りんご,きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ごまごま豆腐パン</p>	<p>9 マーボー丼 スープ プルーン</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,豚レバー,豆腐 【黄】精白米,おし麦 【緑】にんじん,しいたけ,プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>18 敬老の日</p> 	<p>19 麦ご飯 みそ汁(冬瓜,ワカメ) レバーのごまソースあえ 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) オレンジ</p> <p><small>【赤】豚レバー,豚かた肉,チーズ 【黄】精白米,おし麦 【緑】とうがん,ワカメネギ,しょうが,キャベツ,にんじん,ピーマン,りょうとうもろやし,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>20 麦ご飯 すまし汁(チンゲン菜,絹ごし) 鮭のマヨネーズ焼き ブロッコリーソテー パイン缶</p> <p style="text-align: center;">誕生会</p> <p><small>【赤】豆腐,ベにぎげ,豚かた肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,マヨドレ,はちみつ,油,ケーキ 【緑】チンゲンサイ,しめじ,たまはちみつ,油,ケーキねぎ,ブロッコリー,にんじん,コン,パイン缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>21 麦ご飯 みそ汁(白菜,油揚げ) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(もやし,ひじき) りんご</p> <p><small>【赤】油揚げ,成鶏・もも,豚かた肉・生,発酵乳 【黄】精白米,おし麦,油,米粉,きび砂糖,バター 【緑】はくさい,にんにく,にんじん,キャベツ,りょうとうもろやし,ひじき,りんご,かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト かぼちゃクッキー</p>	<p>22 納豆ごはん(玄米) ちむしんじ ゴーヤーチャンプルー ゼリー(みかん)</p> <p><small>【赤】納豆,豚かた肉,豚レバー,沖縄豆腐,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,玄米,じゃが芋,油,さつま芋,ゼリー 【緑】にんじん,ネギ,にんにく,たまねぎ,ニカウリ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p>23 秋分の日</p> 	
<p>25 中華丼 みそ汁(豆腐,ねぎ) バターコーン(缶) バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた肉,赤肉,沖縄豆腐,発酵乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,米粉 【緑】はくさい,にんじん,しいたけ,ピーマン,ネギ,スイートコーン,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>26 秋鮭ずし 豆乳 パパイヤイリチー オレンジ</p> <p style="text-align: center;">弁当箱持参</p> <p><small>【赤】鶏卵,ベにぎげ,まぐろ・缶詰,発酵乳,豆乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,ごま,もち米 【緑】ひじき,さやいんげん,パパイヤ,にんじん,ニラ,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト きなこおはぎ</p>	<p>27 麦ご飯 みそ汁(なす) 筑前煮 オクラの梅和え りんご</p> <p><small>【赤】若鶏・もも,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油,さつま芋,バター,ゴマ 【緑】ナス,ワカメネギ,にんじん,ごぼう,たけのこ,しいたけ,さやいんげん,オクラ,梅干し,りんご,たまねぎ,からし</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スイートポテト</p>	<p>28 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも,玉ねぎ) れんこんのゴママヨサラダ さばのおろし煮 すいか</p> <p style="text-align: center;">クッキング 団子作り</p> <p><small>【赤】さば,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,きび砂糖,白玉粉 【緑】たまねぎ,ネギ,しょうが,大根,れんこん,ゆで,にんじん,さやいんげん,すいか</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 団子3~5歳児・芋入り団子1~2歳児</p>	<p>29 ハヤシライス(玄米) 小魚サラダ 十五夜デザート(ゼリー) みそ汁</p> <p style="text-align: center;">十五夜</p> <p><small>【赤】牛肉,鶏レバー,しらす 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油 【緑】たまねぎ,にんじん,トマト,ピーマン,キャベツ,ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり</p>	<p>30 チキンピラフ みそ汁 プルーン</p> <p><small>【赤】若鶏・もも,グリーンピース 【黄】精白米,油 【緑】たまねぎ,にんじん,ネギ,プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</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