

# 予 定 献 立 表

2016年4月分

白鳥保育園

月	火	水	木	金	土
<p>ご入園、ご進級おめでとうございます。新しい環境の中での生活が始まりました。健やかな成長には「早寝早起き朝ごはんそして運動」のリズムがとても大切です。朝ごはんをしっかり食べて毎日元気いっぱい遊べる生活リズムを作っていきますよ。</p> <div style="text-align: center;">  </div>				<p>1 ご飯(胚芽) 入 チキンカレー 園 ポパイサラダ 式 いちご</p> <p>【赤】鶏肉、豚レバー、ケンキミルク 【黄】ビスケット、胚芽米、じゃが芋、バター、オリーブ油、砂糖 【緑】玉ねぎ、にんじん、グリーンピース、冷凍、ほうれんそう、葉、コーン、いちご、生</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スイートポテト</p>	<p>2 チキンライス 豚肉と白菜のスープ スパゲティサラダ バナナ</p> <p>【赤】鶏もも肉、豚、かた、肉、生、ケンキミルク、脱脂粉乳、鶏卵 【黄】胚芽米、バター、スパゲティ麺、マカロニ、砂糖 【緑】オレシ、にんじん、玉ねぎ、ピーマン、コンニャク、コーン、はくさい、干しぶどう、きゅうり、バナナ、かぼちゃ</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) かぼちゃケーキ(スチーム)</p>
<p>4 ご飯(胚芽) みそ汁(えのきわかめ) 肉じゃが(ひき肉) カレー風味のサラダ ミニゼリー(白桃)</p> <p>【赤】はっ酵乳、牛、ひき肉、生、グリーンピース、ケンキミルク、脱脂粉乳、鶏卵 【黄】胚芽米、じゃが芋、こんにやく、しらたき、三温糖、バター、砂糖、グラノーラ 【緑】えのき、わかめ、ネギ、玉ねぎ、にんじん、モヤシ、きゅうり</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 シリアルクッキー(バター)</p>	<p>5 あわご飯(胚芽米) みそ汁(ほうれん草・麩) 鮭のマヨネーズ焼き 野菜炒め(もやしひじき) チーズでカルシウム</p> <p>【赤】はっ酵乳、ペ、にざげ、豚肉、チーズ、みどり調整豆乳、脱脂粉乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、ふ、バター、砂糖 【緑】ほうれんそう、葉、しめじ、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、モヤシ、ひじき、もも、缶、果物</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ピーチマフィン</p>	<p>6 スパゲティミートソース(豚) コンスープ(セロリー・卵) キャベツサラダ プチトマト</p> <p>【赤】チーズ、豚、ひき肉、豚レバー、チーズ、鶏卵、ケンキミルク、きな粉 【黄】スパゲティ麺、バター、砂糖、フランスパン 【緑】にんじん、玉ねぎ、しいたけ、コーン、セロリー、キャベツ、みかん、トマト</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) きな粉ラスク</p>	<p>7 ご飯(胚芽) みそ汁(水菜油あげ) 和風ハンバーグ 人参シリシ(シラス) オレンジ</p> <p>【赤】油揚げ、豚、ひき肉、鶏、ひき肉、鶏卵、しらす、ケンキミルク 【黄】胚芽米、ごま、三温糖、ごま油 【緑】きょうな、葉、生、玉ねぎ、ひじき、にんじん、ネギ、オレシ</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) お米de沖縄県産シーワサー</p>	<p>8 ロールパン(デイトロール) ボルシチ フルーツサラダ</p> <p>【赤】牛、ひき肉、生、豚レバー、クリーム、ヨーグルト、ケンキミルク 【黄】ロールパン、じゃが芋、バター 【緑】なつみかん、にんじん、玉ねぎ、しめじ、さやいんげん、みかん、缶、バナナ、干アワリ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 お米deいちごスティックケーキ</p>	<p>9 野菜そば 白和え(ほうれん草) あまなつ</p> <p>【赤】チーズ、豚、かた、赤肉、生、かまぼこ、沖繩豆腐、ツナ缶、豚肉 【黄】沖繩そば、胚芽米 【緑】にんじん、キャベツ、モヤシ、ほうれんそう、葉、なつみかん、昆布、ネギ</p> <p style="text-align: center;">Ca飲料 クファジュシーおにぎり</p>
<p>11 ご飯(胚芽) みそ汁(じゃがいも) 魚のてんぷら(卵抜き) きんぴら風煮(いんげん) オレシ</p> <p>【赤】キングダリップ、鶏、ひき肉、ケンキミルク、ツナ缶 【黄】ビスケット、胚芽米、じゃが芋 【緑】ネギ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、若ざや、ゆで、オレシ、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p>	<p>12 麦ご飯(胚が米) みそ汁(キャベツ・ねぎ) マーボー豆腐 わかめ春雨のサラダ(トマト) 愛媛県産甘夏フレッシュ</p> <p>【赤】沖繩豆腐、豚、ひき肉、豚レバー、ツナ缶、ケンキミルク、鶏卵 【黄】胚芽米、おし麦、砂糖、ごま油、はるさめ、三温糖、バター、黒砂糖、ごま 【緑】キャベツ、ネギ、にんじん、しいたけ、玉ねぎ、にんじん、しょうが、こうきゅうり、ワカメ、トマト</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) ゴマクッキー</p>	<p>13 あわご飯(胚芽米) すまし汁(大根・たまねぎ・ネギ) チキンマレード煮 白菜の和え物 清見みかん</p> <p>【赤】はっ酵乳、成鶏、手羽、生、ケンキミルク、鶏卵、プロセスチーズ、牛乳 【黄】胚芽米、薄力粉、コーン、グラニュー糖 【緑】大根、玉ねぎ、ネギ、オレシ、マレード、はくさい、きゅうり、タンゴール</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) コーンのお焼き</p>	<p>14 ふりかけご飯(胚芽) イナムドチ 卵焼き(ハムピーマン) 野菜炒め(ブロッコリー) チーズでカルシウム</p> <p>【赤】牛乳、豚肉、かた、ネギ、鶏卵、ハム、豚、ひき肉、チーズ、豚肉、プロセス牛乳、こんにやく 【黄】大根、しいたけ、ピーマン、にんじん、モヤシ、ブロッコリー、葉、大根、葉 【緑】大根、しいたけ、ピーマン、にんじん、モヤシ、ブロッコリー、葉、大根、葉</p> <p style="text-align: center;">Newヤクルト ポロポロジュシー(大根葉・ハンダマ)</p>	<p>15 ご飯(胚芽) クリームシチュー(豚肉) きゅうりともやしの和え物 バナナ</p> <p>【赤】豚、かた、赤肉、生、豚レバー、クリーム、牛乳、ケンキミルク 【黄】胚芽米、じゃが芋、バター、ロールパンの成分表代用 【緑】バナナ、玉ねぎ、にんじん、セロリー、ブロッコリー、きゅうり、モヤシ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 たまごパン</p>	<p>16 ご飯(胚芽) コンスープ(セロリー・卵) 生揚げのそぼろ煮(春雨) 小松菜とコーンのゴマ和え 清見みかん</p> <p>【赤】鶏卵、豚、ひき肉、生揚げ、ケンキミルク 【黄】胚芽米、はるさめ、ごま、砂糖 【緑】オレシ、コーン、セロリー、生、にんじん、さやいんげん、ごま、つな、タンゴール、バインアップル、缶</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) 米粉のバインアップルケーキ</p>
<p>18 ご飯(胚芽) みそ汁(白菜油あげ) もずく丼 土佐和え あまなつ</p> <p>【赤】油揚げ、豚、ひき肉、鶏卵、EM牛乳 【黄】ビスケット、胚芽米、砂糖、食パン、バター 【緑】はくさい、沖繩もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、きゅうり、なつみかん</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 シナモントースト</p>	<p>19 ふりかけご飯(胚芽) 冬瓜カレー汁 からし菜チャンプルー バナナ</p> <p>【赤】豚肉、油揚げ、沖繩豆腐、ツナ缶、しらす 【黄】胚芽米、ごま、むぎ、三温糖 【緑】バナナ、とうがき、さやいんげん、からし、にんじん、にんじん、ひじき</p> <p style="text-align: center;">ジョア(プレーン) じゃこひじきふりかけおにぎり</p>	<p>20 麦ご飯(胚が米) すまし汁(小松菜シメジ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) ひじきと糸コンニャクのきんぴら デコボン</p> <p>【赤】さば、生、ペ、ケンキミルク、ツナ缶 【黄】胚芽米、おし麦、三温糖、こんにやく、ごま油、さつま芋 【緑】ごま、なつみかん、しめじ、しょうが、玉ねぎ、ひじき、にんじん、えだまめ、ゆで、タンゴール</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) かき揚げ(さつま芋入り)</p>	<p>21 お弁当の日</p> <p style="text-align: center;">誕生会</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) 誕生会ケーキ</p>	<p>22 麦ご飯(胚が米) ポークカレー もずく酢(みかん)</p> <p>【赤】はっ酵乳、豚肉、鶏レバー、ケンキミルク 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、砂糖 【緑】玉ねぎ、にんじん、キャベツ、沖繩もずく、きゅうり、みかん</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 クリームパン</p>	<p>23 麦ご飯(胚が米) みそ汁(じゃがいも青菜) チキンのケチャップ煮 ごぼうサラダ オレシ</p> <p>【赤】牛乳、成鶏、手羽、生、ケンキミルク 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、三温糖、やま芋、砂糖 【緑】チンゲンサイ、玉ねぎ、ごぼう、きゅうり、コーン、オレシ、にんじん</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) 人参のかるかんカップケーキ</p>
<p>25 ご飯(胚芽) みそ汁(えのきわかめ) ジャンボオムレツ 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) ブルーベリー</p> <p>【赤】鶏卵、豚肉、まぐろ、缶詰水煮、ワケ、ボロ、ケンキミルク、牛乳、鶏卵、脱脂粉乳 【黄】ビスケット、胚芽米、じゃが芋、強力粉、1等、グラニュー糖 【緑】えのき、わかめ、ネギ、ピーマン、赤ピーマン、にんじん、キャベツ、モヤシ、ブルーベリー、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 パナナケーキ</p>	<p>26 ご飯(胚芽) ゆしどうふ(ネギ) 魚のオランダ揚げ(卵抜き) ポパイサラダ ブルーベリー</p> <p>【赤】ゆし豆腐、キングダリップ、チーズ、ケンキミルク、牛乳 【黄】胚芽米、オリーブ油、砂糖 【緑】ネギ、にんじん、パセリ、葉、生、ほうれんそう、葉、コーン、オレシ</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) ゴマポッキー</p>	<p>27 麦ご飯(胚が米) 三色そぼろ(鶏ひき肉) すまし汁(大根・たまねぎ・ネギ) かぼちゃ含め煮 パイン缶(15g)</p> <p>【赤】鶏、ひき肉、鶏レバー、ケンキミルク、きな粉 【黄】胚芽米、おし麦、三温糖、くずでん粉、黒砂糖 【緑】バナナ、からし、大根、玉ねぎ、ネギ、かぼちゃ、バインアップル、缶</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>28 ご飯(胚芽) アーサ汁 タコライス(トマト) バナナ</p> <p>【赤】豆乳、沖繩豆腐、牛、ひき肉、生、豚肉 【黄】胚芽米、ミルミル、中華めん、ゆで、ごま油 【緑】おあそ、にんじん、玉ねぎ、にんじん、レタス、生、キャベツ、トマト、バナナ、ピーマン</p> <p style="text-align: center;">ミルミル(ビフィラス菌) 焼きそば(おやつ)</p>	<p>29 昭和の日</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 クリームパン</p>	<p>30 ご飯(胚芽) みそ汁(じゃがいも) 切り干し大根炒め ほうれん草とひじきの白和え オレシ</p> <p>【赤】豚肉、沖繩豆腐、ケンキミルク、鶏卵 【黄】ビスケット、胚芽米、じゃが芋、こんにやく、三温糖、ごま、砂糖、バター、黒砂糖 【緑】ネギ、大根、切り干し大根、にんじん、しいたけ、ほうれんそう、葉、ひじき、オレシ</p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) ゴマクッキー(バター)</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

# 予 定 献 立 表

2016年4月分

白鳥保育園離乳食

月	火	水	木	金	土
<p><b>★離乳食のポイント★</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・離乳食は1日2回。食欲を促し、規則的な食事で生活リズムを整え食べる楽しさを経験させてあげます</li> <li>・口の中で食品を押しつぶして唾液と混ぜ合わせる動きを支援してあげます。</li> <li>・1口大の舌でつぶせる固さ(豆腐くらい)のものを与えます。</li> <li>・いろいろな味や舌触りを楽しめるように食品の種類を増やしていきます。</li> <li>・赤身の魚、ヨーグルト、脂肪の少ないチーズ、卵は固ゆでの卵黄から開始します。アレルギー症状がないか様子を見て進めていきましょう。</li> <li>・母乳はほしがるだけ、育児用ミルクは1日に3回程度、離乳食の後に様子を見て与えます。</li> </ul> <p>※離乳食は開始から完了まで一連の流れで考えます。離乳食は様子を見ながらその子に合わせて無理なく進めていきましょう。</p>				<p>1</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">入園式</p>	<p>2</p> <p>ポロポロジュージー(玉ネギ人参)</p> <p>魚と野菜トロトロ煮 バナナ煮 だし汁 はくさいのダシ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、玉ねぎ、はくさい、生、バナナ、かぼちゃ、生</small></p>
<p>4</p> <p>ポロポロジュージー(じゃがいも、人参) かちゅーゆー きゅーり、もやしのだし煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ、グリーンピース、しらす 【黄】全かゆ、じゃが芋、三温糖、胚芽米 【緑】玉ねぎ、にんじん</small></p>	<p>5</p> <p>ポロポロジュージー(人参ほうれんそう) だし汁 きゃべつ、もやしだし煮</p> <p><small>【赤】べにざけ、若鶏、ささ身、生、脱脂粉乳 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】ほうれんそう、葉、にんじん、キャベツ、モヤシ</small></p>	<p>6</p> <p>ポロポロジュージー(人参玉ネギ) だし汁 キャベツサラダ(煮)</p> <p><small>【赤】キングクリップ、きな粉 【黄】胚芽米、全かゆ 【緑】にんじん、玉ねぎ、コーン、キャベツ、みかん</small></p>	<p>7</p> <p>ポロポロジュージー(玉ネギトマト) かちゅーゆー</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏ひき肉、脱脂粉乳 【黄】全かゆ、さつま芋 【緑】にんじん、玉ねぎトマト</small></p>	<p>8</p> <p>ポロポロジュージー(玉ネギしめじ) いんげん人参トマト煮 だし汁</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豆腐 【黄】全かゆ、じゃが芋、バター、胚芽米 【緑】にんじん、玉ねぎ、みかん</small></p>	<p>9</p> <p>煮込み野菜そばブツカレー 豆腐煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ、沖縄豆腐 【黄】沖縄そば、胚芽米 【緑】にんじん、キャベツ、モヤシ、ほうれんそう、葉</small></p>
<p>11</p> <p>ポロポロジュージー(人参いんげん) だし汁 煮魚</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、脱脂粉乳、若鶏、ささ身、生 【黄】全かゆ、砂糖、胚芽米 【緑】キャベツ、にんじん、玉ねぎトマト</small></p>	<p>12</p> <p>ポロポロジュージー(きゃべつ人参) だし汁 とうふ煮 オレンジ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、鶏ひき肉、豆腐、まぐろ、缶詰水煮、ルー 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】とうがんと、さやいんげん、オレンジ</small></p>	<p>13</p> <p>ポロポロジュージー(大根玉ネギ) だし汁 白菜のだし煮 清見みかん 煮魚</p> <p><small>【赤】鶏ささ身 【黄】全かゆ 【緑】大根、玉ねぎ、はくさい、生、タンゴール、砂じょう生</small></p>	<p>14</p> <p>ポロポロジュージー(大根ピーマン) だし汁 人参ブロッコリー煮 煮魚</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】大根、にんじん、モヤシ、ブロッコリー、生、葉、大根、葉、生</small></p>	<p>15</p> <p>ポロポロジュージー(じゃがいも人参) 魚と野菜の煮物</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】玉ねぎ、にんじん、ブロッコリー、生、バナナ</small></p>	<p>16</p> <p>ポロポロジュージー(小松菜人参) コーンスープ 豆腐そぼろ(中)</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、しらす 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】コーン、にんじん、こまつな、さやいんげん、タンゴール</small></p>
ポロポロジュージー(人参葉ねぎ)	おじや(豆腐人参)	全かゆ	ポロポロジュージー(大根葉)	バナナ	しらすがゆ 清見みかん
<p>18</p> <p>全がゆ みそ汁(白菜) 魚と野菜のそぼろ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ、きな粉、調整粉乳 【黄】全かゆ、食パン 【緑】はくさい、生、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、なつみかん、砂じょう生</small></p>	<p>19</p> <p>全がゆ 冬瓜汁(魚) からし菜チャンプルー バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、沖縄豆腐、しらす 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】とうがんと、さやいんげん、からし、な、にんじん、バナナ</small></p>	<p>20</p> <p>全がゆ すまし汁(小松菜) 魚そぼろ煮 デコボン</p> <p><small>【赤】キングクリップ、ツナ缶 【黄】全かゆ、三温糖、胚芽米、さつま芋 【緑】こまつな、にんじん、玉ねぎ、タンゴール、砂じょう生</small></p>	<p>21</p> <p>全がゆ ミネストローネ(大豆) 魚と野菜のそぼろ煮(チーズ)</p> <p><small>【赤】キングクリップ、チーズ 【黄】全かゆ、じゃが芋、さつま芋 【緑】にんじん、玉ねぎトマト、こまつな、タンゴール、砂じょう生</small></p>	<p>22</p> <p>全がゆ 魚野菜の煮物 ほぐしみかん</p> <p><small>【赤】キングクリップ、鶏レハ、脱脂粉乳 【黄】全かゆ、じゃが芋、食パン 【緑】玉ねぎ、にんじん、キャベツ、みかん、バナナ</small></p>	<p>23</p> <p>全がゆ みそ汁(じゃがいも青菜) 鶏ささみと野菜の蒸し煮</p> <p><small>【赤】鶏ささ身、キングクリップ 【黄】全かゆ、じゃが芋、胚芽米 【緑】チンゲンサイ、にんじん、玉ねぎ、オレンジ</small></p>
きなこパンがゆ あまなつ(煮)	しらすがゆ	おじや(芋)	全がゆ(芋) 清見みかん	ほななパンがゆ	おじや(白身魚・にんじん) オレンジ(煮)
<p>25</p> <p>全がゆ かちゅーゆー 魚と野菜のそぼろ煮</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】にんじん、キャベツ、ピーマン、赤ピーマン、バナナ</small></p>	<p>26</p> <p>全がゆ ゆしどうふ 野菜と魚のそぼろ煮 オレンジ(煮)</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、キングクリップ、チーズ 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】にんじん、ほうれんそう、葉、オレンジ</small></p>	<p>27</p> <p>三色がゆ すまし汁(大根・たまねぎ) かぼちゃ含め煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、きな粉 【黄】全かゆ、七分つき米(水稲)、全かゆ 【緑】からし、大根、玉ねぎ、かぼちゃ</small></p>	<p>28</p> <p>全がゆ 豆腐汁 魚と野菜のトマト煮込み バナナ煮</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、キングクリップ、チーズ 【黄】全かゆ、胚芽米 【緑】にんじん、玉ねぎトマト、バナナ、キャベツ、ピーマン</small></p>	<p>29</p> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">昭和の日</p> 	<p>30</p> <p>全がゆ みそ汁(じゃがいも) 切り干し大根炒め煮 白和え(ほうれん草)</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、じゃが芋、胚芽米 【緑】大根、切り干し大根、にんじん、ほうれんそう、葉、オレンジ</small></p>
焼きバナナ	ふかし芋(サイコロ)	きなこがゆ	ポロポロジュージー		おじや(白身魚・にんじん) オレンジ(煮)

※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が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