

予 定 献 立 表

2017年3月分

白鳥保育園

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|---|---|---|--|
| <p>～食事のマナー～</p> <p>家族やお友達、たくさんの人と囲む食卓はとても楽しいものです。その食卓での時間を気持ちよく過ごす為にも「食事マナー」はとても大切です。お互いに気を使う事で食事のワンシーンはより良いものになっていきます。どんな食卓が楽しいか一緒に考えてみましょう☆</p>  | | <p>1 ご飯(胚芽) ミネストローネ ひじきハンバーグ キャベツサラダ</p> <p>【赤】牛乳、豚肉、鶏ひき肉、鶏レバー、ケンキルク、豚肉 【黄】野菜入りソフトせんべい、胚芽米、じゃが芋、砂糖 【緑】にんじん、玉ねぎ、トマト、ひじき、キャベツ、みかん、しいたけ、カラシナ</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) ポロポロジュシー</p> | <p>2 麦ごはん(胚芽米) ポークカレー ツナサラダ(アボカド)</p> <p>【赤】豆乳、豚肉、鶏レバー、ツナ缶、ケンキルク、脱脂粉乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、バター、じゃが芋、バター、砂糖 【緑】玉ねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、セロリー、アボカド、もも、缶</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) ビーチマフィン</p> | <p>3 おひなずし アーサ入りゆし豆腐 ウィンナー スティックキュウリ パイン缶 いちご</p> <p>【赤】鶏卵、うずら卵・水煮缶、ゆし豆腐、ウィンナー、EM牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、ごま、あられ 【緑】にんじん、さやえんどう、焼きのり、あおさきゅうり、パインアップル・缶、いちご</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 桜餅(小渡) ひなあられ</p> | <p>4 ご飯(胚芽) 豚肉と椎茸のお汁 松風焼き 人参シリシリ(シラス) オレンジ</p> <p>【赤】豚肉、鶏ひき肉、鶏レバー、しらす、EM牛乳 【黄】ビスケット、胚芽米、三温糖、ごま、ごま油 【緑】しいたけ、こまつな、玉ねぎ、にんじん、ネギ、オレンジ生、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ぼたぼた焼き バナナ</p> |
| <p>6 麦ご飯(胚が米) みそ汁(じゃがいも・ねぎ) チキンマレード煮 パイパイリチー(ツナ) プルーン</p> <p>【赤】成鶏・手羽・生、まぐろ・缶詰水煮ルー・ホド付、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、やま芋、砂糖 【緑】ネギ、オレンジ・マレード、パイパイ、にんじん、ニラ、プルーン</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 人参のかるかんカップケーキ</p> | <p>7 ご飯(胚芽) すまし汁(わかめ大根) 魚のフライ(磯部) きんぴら風煮(いんげん) オレンジ</p> <p>【赤】キングクリップ、鶏ひき肉、ケンキルク 【黄】胚芽米、さつま芋、三温糖 【緑】バナナ、大根、わかめ、あおのり・素干し、ごぼう、にんじん、さやいんげん、タンゼロ</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) さつまいもクッキー</p> | <p>8 あわご飯(胚芽米) もずくスープ 炒りどり レタスの和え物(おかか) バナナ</p> <p>【赤】チーズ、沖縄豆腐、鶏肉、ショア(いちご)、鶏卵、さくらえび、煮干し、ツナ缶 【黄】胚芽米、さといも・冷凍 【緑】沖縄もずく、ネギ、にんじん、ごぼう、たけのこ・水煮缶、しいたけ、さやいんげん、レタス、モヤシ、バナナ、キャベツ、あおのり</p> <p style="text-align: center;">ショア(いちご) お好み焼き</p> | <p>9 ご飯(胚芽) 冬瓜カレー汁 ごぼう入り鶏つくね ほうれん草とひじきの白和え プチトマト</p> <p>【赤】牛乳、豚肉、油揚げ、鶏ひき肉、鶏レバー、沖縄豆腐、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、ごま、砂糖、食パン、バター、ゴマペースト、黒砂糖 【緑】とうがんと、さやいんげん、ごぼう、にんじん、ほうれん草、うひじき、トマト みどり調整豆乳 練りゴマトースト(白ゴマ)</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) 納豆みそおにぎり</p> | <p>10 麦ご飯(胚が米) マーボー豆腐 ナムル</p> <p>【赤】豆乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、鶏ささ身、ケンキルク 【黄】胚芽米、おし麦、砂糖、ごま油 【緑】にんじん、しいたけ、玉ねぎ、にんにく、しょうが、ニラ、ほうれん草、大豆もやし、きゅうり</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 紅芋パン</p> | <p>11 ご飯(胚芽) すまし汁(シジメ・エノキ・水菜) 肉じゃが 小松菜とコーンの和え物 パイン缶</p> <p>【赤】牛・ひき肉、グリーンピース、ケンキルク、ウィンナー、チーズ、牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、こんにやく・しらたき、三温糖、砂糖 【緑】パイン缶・生、しめじ、えのき、きょうな・葉・生、玉ねぎ、にんじん、こまつな、コーン、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) きやべつマフィン</p> |
| <p>13 麦ご飯(胚が米) みそ汁(大根・わかめ) 八宝菜 オレンジ</p> <p>【赤】沖縄豆腐、豚肉、うずら卵・水煮缶、ケンキルク、脱脂粉乳、鶏卵 【黄】胚芽米、おし麦、三温糖、砂糖、バター 【緑】とうがんと、わかめ、はくさい、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、たけのこ・ピーマン、オレンジ、かぼちゃ、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かぼちゃケーキ</p> | <p>14 グリーンピースご飯 絹ごしすまし汁(小松菜) 鯖の味噌煮(玉ネギ) 野菜炒め(もやしひじき) バナナ</p> <p>【赤】グリーンピース、豆腐、さば・生、豚肉、鶏卵、脱脂粉乳 【黄】胚芽米、三温糖、ミルミル、バター、砂糖 【緑】タンゼロ・生、こまつな、しょうが、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、モヤシ、ひじき、バナナ</p> <p style="text-align: center;">ミルミル(ビフィズス菌) ココアクッキーバー</p> | <p>15</p> <p style="text-align: center;">お弁当の日</p>  <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) 誕生会ケーキ</p> | <p>16 きのごスパゲティ みそ汁(水菜油あげ) しらすのサラダ いよかん</p> <p>【赤】あかいか、鶏ひき肉、油揚げ、しらす、ケンキルク、豚ひき肉 【黄】スパゲティ類、ごま油、胚芽米、三温糖 【緑】にんじん、玉ねぎ、しいたけ、しめじ、ぶなしめじ、ピーマン、焼きのり、きょうな・葉、こまつな、コーン、いよかん、ネギ</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) 納豆みそおにぎり</p> | <p>17 ご飯(胚芽) もずく丼 トマトサラダ(きゅうり)</p> <p>【赤】豚ひき肉、鶏卵、ケンキルク 【黄】胚芽米、砂糖、三温糖、オリーブ油 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、トマト、きゅうり、コーン</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ホットケーキ</p> | <p>18 野菜そば もずく酢(みかん) バナナ</p> <p>【赤】豚・かた・赤肉・生、カマボコ、ケンキルク、豚ひき肉 【黄】ビスケット、沖縄そば、砂糖、胚芽米、三温糖 【緑】にんじん、キャベツ、モヤシ、沖縄もずく、きゅうり、ばなな、焼きのり</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) 味噌おにぎり</p> |
| <p>20</p> <p style="text-align: center;">春分の日</p>  <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 アーサカステラ</p> | <p>21 ご飯(胚芽) すまし汁(ハンペン・玉ネギ・カイワレ) すきやき風煮 キュウリとワカメの和え物 チーズ</p> <p>【赤】はんぺん、輸入牛・かたろー生、沖縄豆腐、ケンキルク、豆乳、きな粉 【黄】胚芽米、こんにやく・しらたき、三温糖、生オカ、砂糖 【緑】玉ねぎ、かいわれ大根、にんじん、はくさい、ほうれん草、う・葉、きゅうり、ワカメ、レモン</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 豆乳のくずもち</p> | <p>22 あわご飯(胚芽米) なめこ汁(ネギ) 揚げ魚のケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) いよかん</p> <p>【赤】チーズ、豆腐、ホキ・生、豚ひき肉 【黄】胚芽米、三温糖、おし麦、黒砂糖、白玉粉 【緑】なめこ・生、ネギ、にんじん、モヤシ、ブロッコリー・生、いよかん</p> <p style="text-align: center;">ぜんざい カルシウムせんべい</p> | <p>23 ご飯(胚芽) 三色そぼろ(鶏ひき肉) みそ汁(大根、わかめ) かぼちゃ含め煮 ミニゼリー(フルーツ)</p> <p>【赤】豆乳、鶏ひき肉、鶏レバー、鶏卵、EM牛乳、しらす 【黄】胚芽米、三温糖、ごま油 【緑】からしな、かぶ・根、皮つき・生、わかめ、かぼちゃ、ニラ、コーン</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) チヂミ</p> | <p>24 ロールパン(ティナロール) ポークビーンズ(レバー) フルーツサラダ(パイン)</p> <p>【赤】はっ酵乳、大豆、豚ひき肉、豚レバー、ヨーグルト、EM牛乳 【黄】ロールパン、スパゲティ類、スイートポテト 【緑】玉ねぎ、にんじん、さやいんげん、パインアップル・缶、バナナ、干しぶどう</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スイートポテト</p> | <p>25</p> <p style="text-align: center;">新学期準備 園児休園</p>  |
| <p>27 ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ・ねぎ) 炒り豆腐 カレー風味のサラダ オレンジ</p> <p>【赤】豆乳(ココア)、沖縄豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、ケンキルク、牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく・しらたき、三温糖、砂糖 【緑】キャベツ、ネギ、しいたけ、にんじん、玉ねぎ、モヤシ、きゅうり、タンゼロ、あおさ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 アーサカステラ</p> | <p>28 あずきご飯(胚芽) 鮭の北海汁 フーイリチー(卵・豚) チーズで鉄</p> <p>【赤】牛乳、べにざけ、豚肉、鶏卵、ツナ缶 【黄】野菜入りソフトせんべい、胚芽米、もち米、ふ 【緑】大根・根・生、にんじん、根深ねぎ、モヤシ、キャベツ、沖縄もずく、ニラ</p> <p style="text-align: center;">ショア(プレーン) もずく入りひらやちー</p> | <p>29 ご飯(胚芽) みそ汁(小松菜、じゃがいも) チンジャオロース 大根サラダ バナナ</p> <p>【赤】豚肉、まぐろ・缶詰水煮ルー・ホド付、EM牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、砂糖、ごま油、ごま、三温糖 【緑】こまつな、しょうが、玉ねぎ、たけのこ・水煮缶、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、大根・切り干し大根、きゅうり、にんじん、バナナ</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) ゆかりおにぎり</p> | <p>30 まぜご飯(胚芽) すまし汁(生揚げ・たまねぎ・カイワレ) かぼちゃと豚肉のうま煮 オレンジ</p> <p>【赤】豚肉、さくらえび・素干し、鶏卵、生揚げ、豚・かた・赤肉・生、ケンキルク 【黄】胚芽米、砂糖 【緑】バナナ、ひじき、にんじん、からしな、玉ねぎ、かいわれ大根、かぼちゃ、さやいんげん、しょうが、にんにく、タンゼロ</p> <p style="text-align: center;">ハンダミルク(加工乳) 三月菓子</p> | <p>31 麦ご飯(胚が米) ハヤシライス おからサラダ</p> <p>【赤】牛肉、鶏レバー、カマボコ、ケンキルク 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋 【緑】タンゼロ・生、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、きゅうり、コーン、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ぼたぼた焼き バナナ</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