

予 定 献 立 表

2018年1月分

白鳥保育園

月	火	水	木	金	土
<p>1月24日 『ムーチーの日』</p> <p>月桃の葉に包んだお餅をカーサムーチーと いいます。旧暦の12月8日に家族の健康や 子どもたちの健やかな成長を祈願して食べ ます。</p>		<p>4 ご飯(胚芽) みそ汁(えのき大根) 豚肉のしょうが焼 小魚サタ パイン缶</p> <p><small>【赤】豚肉、しらす、豚、かた・赤肉・生 【黄】胚芽米、ごま油 【緑】温州みかん、えのき、大根、ネギ、玉ねぎ、しょうが、 キャベツ、ひじき、にんじん、コーン、パインアップル、缶、しい たけ Ca飲料(リンゴ) ポロポロじゅーしー(かんだばー)</small></p>	<p>5 麦ご飯(胚が米) チキンカレー 大根とわかめの和え物(ツナ)</p> <p><small>【赤】チース、鶏肉、鶏ハ、まぐろ、缶詰、EM牛乳、いか・く ん製 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター 【緑】玉ねぎ、にんじん、ピーマン、きゅうり、大根、ワカ メ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 すめ 人參ケーキ</p>	<p>6 餅つき会</p> 	
<p>8 成人の日</p> 	<p>9 ご飯(胚芽) ゆし豆腐(ねぎ) もずく丼 キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、豚ひき肉、鶏卵、EM牛乳、クリーム、脱脂粉 乳 【黄】胚芽米、砂糖、ふ 【緑】ネギ、沖繩もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピー マン、キャベツ、みかん EM酪農牛乳 ふむふむ</small></p>	<p>10 ハンダマご飯 すまし汁(大根・カイワレ) 鮭のごま味噌焼き 島ニンジン(のきんぴら風) バナナ</p> <p><small>【赤】牛乳、しらす、生(切り身)、豚肉、豆腐、チース 【黄】野菜入りソフトせんべい、胚芽米、砂糖、ごま、ごま 油、おし麦、黒砂糖、三温糖、白玉粉 【緑】大根、かいわれ大根、芽生え、生、ごぼう、にんじん、 バナナ ぜんざい 型抜きチーズ</small></p>	<p>11 ご飯(胚芽) みそ汁(かぶ、わかめ) 鶏のから揚げ 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) バナナ</p> <p><small>【赤】成鶏、もも、生、まぐろ、缶詰、豚肉 【黄】野菜入りソフトせんべい、胚芽米、砂糖、ごま、ごま 油、おし麦、黒砂糖、三温糖、白玉粉 【緑】かぶ、根、かぶ、ワカメ、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピー マン、ひじき、ネギ Ca飲料(リンゴ) クファジュシー(ひじき入り)</small></p>	<p>12 ロールパン ポークビーンズ(レバー) フルーツサラダ(みかん)</p> <p><small>【赤】豆乳、大豆、豚ひき肉、豚レバー、ヨーグルト、EM牛乳 【黄】ロールパン、スパゲティ麺、さつま芋 【緑】玉ねぎ、にんじん、さやいんげん、みかん、バナナ、干 しぶどう EM酪農牛乳 焼き芋</small></p>	<p>13 野菜そば かぼちゃサラダ プルーン</p> <p><small>【赤】豚、かた・赤肉・生、かまぼこ、EM牛乳、ツナ缶 【黄】沖繩そば、じゃが芋、胚芽米、三温糖 【緑】バナナ、にんじん、キャベツ、モヤシ、かぼちゃ、きゅうり、 プルーン、味付けのり パンダ牛乳 みそおにぎり</small></p>
<p>15 ご飯(胚芽) みそ汁(白菜油あげ) 鶏と大根の煮物 小松菜の和え物(おかか) たんかん</p> <p><small>【赤】油揚げ、若鶏、もも、生、みどり調整豆乳 【黄】ビスケット、胚芽米、三温糖、くるみ、いり 【緑】はくさい、大根、にんじん、しいたけ、こまつな、たんか ん みどり調整豆乳 人參ケーキ</small></p>	<p>16 麦ご飯(胚芽) 絹ごしすまし汁(小松菜) チキンマレード煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) (プルーン)</p> <p><small>【赤】牛乳、豆腐、成鶏、手羽、生、まぐろ、缶詰、EM牛乳 【黄】野菜入りソフトせんべい、胚芽米、じゃが芋 【緑】こまつな、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン EM酪農牛乳 ポテトフライ</small></p>	<p>17 あわご飯(胚芽米) みそ汁(エノキ・ネギ・ワカメ) わかさぎのカレー揚げ 野菜炒め(ブロッコリー) バナナ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、わかさぎ、豚ひき肉、EM牛乳 【黄】胚芽米 【緑】バナナ、ワカメ、ネギ、にんじん、モヤシ、ブロッコリー EM酪農牛乳 ゆかりおにぎり</small></p>	<p>18 きのコスパゲティ みそ汁(生揚げ・ねぎ) かぼちゃ含め煮 シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】牛乳、あかいこ、生、鶏ひき肉、生揚げ、しらす 【黄】野菜入りソフトせんべい、スパゲティ麺、ごま油、胚 芽米、ごま、むぎ、三温糖 【緑】にんじん、玉ねぎ、しいたけ、しめじ、ピーマン、焼きのり、 ネギ、ワカメ、かぼちゃ、にんじん、ひじき Ca飲料(リンゴ) ホットケーキ</small></p>	<p>19 麦ごはん(胚芽米) ビーフシチュー おからサラダ はっ酵乳(固形)</p> <p><small>【赤】チース、牛かた肉、生、豚レバー、クリーム、かまぼこ、はっ酵 乳、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター 【緑】にんじん、玉ねぎ、しめじ、ぶなしめじ、ピーマン、きゅう り、コーン、バナナ みどり調整豆乳 黒棒 バナナ</small></p>	<p>20 ご飯(胚芽) みそ汁(大根) 親子どんぶり きゅうりの和え物(梅)</p> <p><small>【赤】鶏肉、鶏卵、EM牛乳、ツナ缶 【黄】胚芽米 【緑】温州みかん、大根、切り干し大根、玉ねぎ、ワカメ、に んじん、ピーマン、根深ねぎ、きゅうり、梅干し、塩漬、味付け のり パンダ牛乳 ツナマヨおにぎり</small></p>
<p>22 ご飯(胚芽) すまし汁(とろろ昆布) 松風焼き 野菜炒め(もやしひじき) みかん</p> <p><small>【赤】豆乳(ココア)、かまぼこ、鶏ひき肉、鶏ハ、豚肉、EM 牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、ごま、マーガリン、オートミール 【緑】削り昆布、かいわれ大根、玉ねぎ、にんじん、キャベ ツ、モヤシ、ひじき、温州みかん、干しぶどう カル飲飲料 オートミールクッキー</small></p>	<p>23 お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">ミルミル(ビフィス菌) お好み焼き</p>	<p>24 ご飯(胚芽) すまし汁(小松菜・シメジ) ム ー チ ー ごぼうと牛肉のみそ煮 スパゲティサラダ たんかん</p> <p><small>【赤】チース、輸入牛、もも、赤肉、生、EM牛乳、沖繩豆腐、 きな粉 【黄】胚芽米、こんにやく、三温糖、スパゲティ麺、白玉粉 【緑】こまつな、大根、ごぼう、にんじん、しょうが、きゅうり、 干しぶどう、たんかん パンダ牛乳 豆腐もち</small></p>	<p>25 ご飯(胚芽) 誕生会 生炒り豆腐 会 ポパイサラダ みかん</p> <p><small>【赤】豆乳、油揚げ、沖繩豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、EM牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく、しらたき、三温糖、オリーブ油、砂 糖、ケーキ 【緑】キャベツ、しいたけ、にんじん、玉ねぎ、ほうれんそう、 コーン、温州みかん パンダ牛乳 誕生会ケーキ</small></p>	<p>26 麦ごはん(胚芽米) 大豆と鶏肉のカレー マッシュポテト Newヤクルト</p> <p><small>【赤】鶏肉、大豆、牛乳、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター 【緑】バナナ、玉ねぎ、ピーマン、セロリ、にんじん、トマト、にん じく、しょうが EM酪農牛乳 紅芋パン</small></p>	<p>27 ご飯(胚芽) みそ汁(もやし・ワカメ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) キャベツのゴマ和え プルーン</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、生揚げ、EM牛乳、脱脂粉乳、鶏卵 【黄】胚芽米、はるさめ、ごま、バター、砂糖 【緑】温州みかん、モヤシ、ワカメ、にんじん、さやいんげん、 キャベツ、プルーン、バナナ パンダ牛乳 バナナケーキ</small></p>
<p>29 ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ麩) デークニーイリチー 白和え(からし菜) パイン缶</p> <p><small>【赤】豚肉、沖繩豆腐、ツナ缶、EM牛乳 【黄】ビスケット、胚芽米、ふ、食パン、バター、砂糖 【緑】キャベツ、ネギ、大根、にんじん、さやいんげん、からし 菜、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">パンダ牛乳 シナモントースト</p>	<p>30 ご飯(胚芽) コンスープ(キャベツ) 魚ハンバーグ 人參シリシ(かつお節) (プルーン)</p> <p><small>【赤】ホキ、生、鶏ひき肉、鶏卵、みどり調整豆乳、ウインナ、 チース、牛乳 【黄】胚芽米、ごま油 【緑】温州みかん、クリームコーン、缶、キャベツ、玉ねぎ、にんじ ん、ネギ、キャベツ みどり調整豆乳 きゃべつマフィン</small></p>	<p>31 納豆ごはん みそ汁(豆腐・ネギ・ワカメ) フーイリチー みかん</p> <p><small>【赤】牛乳、納豆、沖繩豆腐、豚肉、鶏卵、EM牛乳 【黄】野菜入りソフトせんべい、胚芽米、おし麦、ふ、砂糖、 さつま芋 【緑】ワカメ、ネギ、モヤシ、にんじん、キャベツ、温州みかん パンダ牛乳 芋天ぷら</small></p>	<p>【春の七草】 7日の朝、七草がゆを食べると一年健康で過ごせるといわれています。七草の若菜の生 命力と栄養をいただき、ごちそうで疲れた胃腸を休めます。七草そろわなくても、小松菜 やかぶや大根の葉で代用してもよいでしょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">        </div> <p style="text-align: center;">せり すすな なすな すずしろ ほとけのぎ こぎょう はこべら</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