

予 定 献 立 表

2020年2月分

白鳥保育園

月	火	水	木	金	土
 <p style="text-align: center;">節分は立春の前日、冬が終わって春に移るとい季節の変わり目を意味します。 豆まきは災いを追い払い、福を呼び込むという願いを込めて行われてきた風習です。 立春を迎えて、暦の上では春ですが、1年で一番寒い時期です。風邪やインフルエンザに負けず、 元気に過ごすには食事が大切です。バランスよく、いろいろなものを食べるようにしましょう。</p> 					<p>1 ご飯 みそ汁(油揚げ, 麩) 鶏と大根の煮物 キュウリとワカメの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】油揚げ, 鶏もも, パンダ牛乳, きな粉 【黄】胚芽米, 焼きふ, 三温糖, 食パン, 砂糖, バター 【緑】こねぎ, 大根, にんじん, しいたけ, きゅうり, ワカメ, レモン, パナ</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 きな粉ラスク</p>
<p>3 麦ご飯 もずく丼 みそ汁(豆腐, 小松菜) キャベツサラダ 節分ミックス</p> <p><small>【赤】豚ひき肉, 鶏卵, 沖縄豆腐, 納豆 【黄】胚芽米, おし麦, 砂糖, きな粉, ポーロ 【緑】沖縄もずく, にんじん, にんにく, ピーマン, 赤ピーマン, こまつな, キャベツ, みかん, 焼きのり</small></p> <p style="text-align: right;">Ca飲料(リンゴ) 納豆巻き</p>	<p>4 ご飯 すまし汁(大根, ワカメ, ねぎ) 鮭のちゃんちゃん焼き ポテトサラダ たんかん</p> <p><small>【赤】しろさげ, EM牛乳, 豆腐, きな粉 【黄】胚芽米, 三温糖, じゃが芋, 砂糖 【緑】大根, ワカメ, ねぎ, たまねぎ, キャベツ, しめじ, にんじん, きゅうり, コーン, タンゼロ</small></p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 もちもちドーナツ</p>	<p>5 あわご飯 みそ汁(チンゲンサイ・えのき) ごぼう入り鶏つくね ブロッコリーソテー パイン缶</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉, 鶏レバー, 沖縄豆腐, 豚肉, 鶏卵, 牛乳, チーズ 【黄】胚芽米, 砂糖 【緑】チンゲンサイ, えのき, ごぼう, たまねぎ, ブロッコリー, にんじん, コーン, パインアップル, 缶, ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>6 ご飯 そうめん汁 鯖の塩焼き 野菜炒め(キャベツ) バナナ</p> <p><small>【赤】さば, 豚肉, 豆腐 【黄】胚芽米, そうめん, おし麦, 黒砂糖, 三温糖, 白玉粉 【緑】レタス, しいたけ, ねぎ, キャベツ, にんじん, りょうとうもやし, ピーマン, パナ</small></p> <p style="text-align: right;">ぜんざい</p>	<p>7 麦ご飯 チキンカレー 白和え(ほうれん草, 人参) りんご</p> <p><small>【赤】鶏肉, 鶏レバー, 沖縄豆腐, ツナ缶, EM牛乳 【黄】胚芽米, おし麦, じゃが芋 【緑】たまねぎ, にんじん, しめじ, さやいんげん, ほうれんそう, りんご</small></p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 かりんとう</p>	<p>8 親子カレーパーティー</p> 
<p>10 ご飯 みそ汁(大根, しめじ) すきやき風煮 土佐和え みかん</p> <p><small>【赤】牛かたろし, 沖縄豆腐, パンダ牛乳, 鶏卵 【黄】胚芽米, こんにやく, 三温糖, くるみ 【緑】大根, しめじ, ねぎ, にんじん, はくさい, きゅうり, 温州みかん</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 人参ケーキ(島人参)</p>	<p>11</p> <div style="text-align: center;">  <p>建国記念日</p> </div>	<p>12 沖縄そば 小松菜としめじのゴマ和え みかん</p> <p><small>【赤】豚肉, カマコ, パンダ牛乳, ツナ缶 【黄】沖縄そば, 砂糖, ごま, 胚芽米 【緑】なが昆布, にんじん, ねぎ, こまつな, しめじ, 温州みかん, 味付けのり</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 ツナマヨおにぎり</p>	<p>13 ハンダマご飯 すまし汁(小松菜, シメジ) 鯖のごま味噌焼き 島ニンジンごまのきんぴら風 りんご</p> <p><small>【赤】しろさげ, 豚肉, 牛乳 【黄】胚芽米, 砂糖, ごま, ごま油, 強力粉, 黒砂糖, ごま 【緑】こまつな, しめじ, ごぼう, にんじん, コー, りんご, 干しぶどう</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>14 ロールパン かぼちゃと豆のシチュー もやしと水菜のツナ和え ブルー</p> <p><small>【赤】鶏むね, 大豆, 牛乳, クリーム, 植物性脂肪, まぐろ缶詰, しろさげ 【黄】ロールパン, バター, 胚芽米 【緑】かぼちゃ, にんじん, たまねぎ, さやいんげん, りょうとうもやし, きょうな, 焼きのり, ブルー</small></p> <p style="text-align: right;">ジョア(ブルー) 鮭おにぎり</p>	<p>15 ご飯 みそ汁(キャベツ油あげ) 炒り豆腐 ポパイサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】油揚げ, 沖縄豆腐, 鶏ひき肉, 鶏卵, パンダ牛乳, ツナ缶 【黄】胚芽米, こんにやく, 三温糖, オリーブ油, 砂糖 【緑】キャベツ, しいたけ, にんじん, たまねぎ, ほうれんそう, コーン, パナ, コー</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 ひらやちー</p>
<p>17 ふりかけご飯 みそ汁(小松菜, 厚揚げ) 炒りどり 白桃</p> <p><small>【赤】生揚げ, 鶏肉, パンダ牛乳, 豆腐 【黄】胚芽米, さといも, 白玉粉, 砂糖 【緑】こまつな, にんじん, ごぼう, たけのこ, 水煮缶, しいたけ, さやいんげん</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 田芋入りもち</p>	<p>18 ご飯 みそ汁(かぼちゃ, 玉ねぎ, ねぎ) レバーのカレー揚げ 野菜炒め(もやし, ピーマン) りんご</p> <p><small>【赤】豚レバー, 鶏卵, 豚肉, 調整豆乳, しろす, 油揚げ 【黄】胚芽米, 三温糖, ごま, 砂糖 【緑】かぼちゃ, たまねぎ, ねぎ, にんにく, にんじん, キャベツ, りょうとうもやし, ピーマン, りんご</small></p> <p style="text-align: right;">みどり調整豆乳 いなり寿司</p>	<p>19 弁当会 食育の日</p>  <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 そべポーポー</p>	<p>20 ご飯 三色そばろ(鶏ひき肉) みそ汁(豆腐, ワカメ) なます バナナ</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉, 鶏レバー, 鶏卵, 沖縄豆腐, チーズ 【黄】胚芽米, 三温糖, 砂糖 【緑】ほうれんそう, ワカメ, ねぎ, 大根, にんじん, パナ</small></p> <p style="text-align: right;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>21 ご飯 親子どんぶり ほうれん草の胡麻和え Newヤクルト</p> <p><small>【赤】鶏肉, 鶏卵, まぐろ, 缶詰, EM牛乳 【黄】胚芽米, ごま, 砂糖, さつまい 【緑】にんじん, たまねぎ, ピーマン, 根深ねぎ, ほうれんそう, りょうとうもやし</small></p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p>22 ご飯 コーンスープ(キャベツ) マーボー豆腐 スティックキュウリ みかん</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐, 豚ひき肉, 豚レバー, 鶏卵, 牛乳 【黄】胚芽米, 砂糖, ごま油, バター, 三温糖, オートミール 【緑】コーン, キャベツ, にんじん, しいたけ, たまねぎ, にんにく, しょうが, コー, きゅうり, 温州みかん, 干しぶどう</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 オートミールクッキー</p>
<p>24 天皇誕生日 (振替休日)</p> 	<p>25 納豆ごはん ちむしんじ デークニーイリチー たんかん</p> <p><small>【赤】納豆, 豚肉, 豚レバー, 豚肉, EM牛乳 【黄】胚芽米, じゃが芋, 砂糖, バター 【緑】ねぎ, にんにく, 大根, にんじん, さやいんげん, タンゼロ, かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 かぼちゃクッキー</p>	<p>26 ご飯 誕 ミネストローネ(大豆) 生 ハニースパイシーチキン 会 ブロッコリーのおかかチーズ和え バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉, 鶏もも, チーズ, パンダ牛乳 【黄】胚芽米, じゃが芋, はちみつ, ケーキ 【緑】バセリ, キャベツ, にんじん, たまねぎ, トマト, にんにく, ブロッコリー, パナ</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>27 ご飯 すまし汁(白菜, しめじ) 魚の味噌照り焼き 野菜炒め(ブロッコリー) りんご</p> <p><small>【赤】あごうだい, 豚ひき肉, パンダ牛乳 【黄】胚芽米, 三温糖, さつまい, 黒砂糖 【緑】はくさい, しめじ, にんじん, りょうとうもやし, ブロッコリー, りんご</small></p> <p style="text-align: right;">パンダ牛乳 大学芋</p>	<p>28 麦ご飯 ハヤシライス 小魚サラダ</p> <p><small>【赤】牛肉, 鶏レバー, しろす, EM牛乳 【黄】胚芽米, おし麦, じゃが芋, ごま油, 食パン 【緑】たまねぎ, にんじん, ピーマン, トマト, キャベツ, ひじき, コー, いちご, ジャム</small></p> <p style="text-align: right;">EM酪農牛乳 ジャムパン</p>	<p>29 きのコスパゲティ みそ汁(白菜, 厚揚げ)</p> <p style="text-align: center;">チーズでカルシウム</p> <p><small>【赤】いか, 鶏ひき肉, 生揚げ, チーズ, 豚ひき肉, 煮干し 【黄】スパゲティ麺, ごま油, さつまい, 胚芽米, 三温糖, 砂糖 【緑】にんじん, たまねぎ, しいたけ, しめじ, ピーマン, 焼きのり, はくさい, ねぎ, いちご</small></p> <p style="text-align: right;">麦茶 納豆みそおにぎり</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