

# 予 定 献 立 表

白鳥保育園

2021年9月分

月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>暑い日が続いていますが…</p> <p>冷たい物を取り過ぎていませんか?</p> </div> <div style="width: 40%; text-align: center;"> <p>1 あわご飯 みそ汁(なす) 鶏肉のネギ南蛮 野菜炒め(キャベツインゲン) すいか</p> <p>2 ふりかけご飯 みそ汁(小松菜,えのき) 豆腐と鯖のハンバーグ れんこんのゴママヨサラダ 梨</p> <p>3 カレーライス(ポーク) へちまサラダ チーズ(鉄分入り)</p> <p>4 麦ご飯 すまし汁(絹ごし,青菜) ピーマンと豚肉の味噌炒め さつまいもの甘辛煮 りんご</p> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>【赤】鶏・もも 豚かた,煮干し 【黄】精白米,あわ精白粒,油,ごま油,砂糖 【緑】ナス,ワケネギ,根深ねぎ,しょうが,キャベツ,にんじん,たまねぎ,さいいんげん,スィ,梅干し,味付けのり</p> <p>【赤】沖縄豆腐,さば,缶詰,明治牛乳 【黄】精白米,おし麦,パン粉,油,ごま,三温糖,スパゲティ,黒砂糖 【緑】こまつな,えのき,にんじん,ネギ,しょうが,れんこん,さいいんげん,なし</p> <p>【赤】豚かた,鶏レバー,まぐろ,缶詰,チーズ,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,オリーブ油,砂糖,はちみつ 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,パチマ,コンド,トマト,レモン,バナナ</p> <p>【赤】豆腐,豚かた,明治牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,油,ごま油,三温糖,さつまい,強力粉,薄力粉,バター,ゴマ 【緑】チンゲンサイ,ピーマン,赤ピーマン,りょうとうもやし,たまねぎ,りんご,にんじん,ジュース</p> </div> <div style="width: 40%;"> <p>麦茶 梅おかかおにぎり 煮干し佃煮</p> <p>明治牛乳 ホットケーキ</p> <p>EM酪農牛乳 はちみつ バナナ</p> <p>明治牛乳 チーズスティック</p> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>6 あわご飯 みそ汁(小松菜,麩) ポークケチャップ 粉ふきいも(青のり) ブルー</p> <p>7 麦ご飯 みそ汁(山東菜,油揚げ) さばのおろし煮 いんげんソテー 梨</p> <p>8 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ,しめじ) チキンアップルソース ゴーヤーチャンプルー オレンジ</p> <p>9 麦ご飯 すまし汁(冬瓜,水菜) 鮭のマヨネーズ焼き ナムル ぶどう</p> <p>10 中華丼 みそ汁(なす,鶏肉) 茹でコーン シークワサーゼリー</p> <p>11</p> </div> <div style="width: 40%;"> <p>【赤】豚かた,明治牛乳 【黄】精白米,あわ精白粒,ふ,油,じゃが芋,やま芋,砂糖 【緑】こまつな,たまねぎ,にんじん,ピーマン,あおのり,ブルー</p> <p>【赤】油揚げ,さば,豚かた,みどり調整豆乳,まぐろ,缶詰 【黄】精白米,おし麦,三温糖,油,ロールパン 【緑】さんとうさい,えのき,しょうが,大根,さいいんげん,にんじん,キャベツ,コーン</p> <p>【赤】鶏・もも,沖縄豆腐,豚かた,明治牛乳,豆腐,きな粉 【黄】精白米,おし麦,砂糖,油,ホットケーキ,油 【緑】かぼちゃ,しめじ,ネギ,りんご,たまねぎ,にんじん,ニガウリ,オレンジ</p> <p>【赤】べにざけ,鶏ささ身,しらす,油揚げ,味付小魚 【黄】精白米,おし麦,ごま油,砂糖,三温糖,ごま 【緑】とうがんと,きょうな,しめじ,たまねぎ,ほうれんそう,りょうとうもやし,にんじん,きゅうり,ぶどう</p> <p>【赤】豚かた,鶏・もも,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,三温糖,シークワサーゼリー,さつまい,黒砂糖 【緑】はくさい,にんじん,しいたけ,ピーマン,ナス,たまねぎ,スイートコーン</p> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>13 あわご飯 みそ汁(山東菜,えのき) 高野豆腐と野菜のうま煮 かぼちゃサラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p>14 タコライス すまし汁(大根,ワケ) 梨</p> <p>15 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,玉ねぎ) まぐろカツ 切り干し大根炒め ぶどう</p> <p>16 麦ご飯 みそ汁(冬瓜,ワケ) さんまの蒲焼き 磯部和え 桃缶</p> <p>17 ロールパン チキンチャウダー 小松菜とコーンのゴマ和え オレンジ</p> <p>18 納豆丼 みそ汁(チンゲン菜,えのき) モーウイの甘酢和え バナナ</p> </div> <div style="width: 40%;"> <p>【赤】凍り豆腐,豚かた,ソファール,しろさけ 【黄】精白米,あわ精白粒,油,三温糖,じゃが芋 【緑】さんとうさい,えのき,キャベツ,にんじん,たまねぎ,かぼちゃ,きゅうり,味付けのり</p> <p>【赤】牛・ひき肉,豚レバー,ピザチーズ,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,おさつすていっく,ホットケーキ,ゴマ 【緑】にんにく,たまねぎ,にんじん,レタス,トマト,大根,ワケ,ネギ,なし</p> <p>【赤】油揚げ,さば,だまぐろ,豆腐,豚かた,ワケ,明治牛乳,豆乳,ツ缶 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,パン粉,油,こんにやく,油,三温糖 【緑】チンゲンサイ,たまねぎ,切り干し大根,にんじん,しいたけ,ぶどう,ほうれんそう</p> <p>【赤】さんま,シヨア,さば,缶詰 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,三温糖,そうめん 【緑】とうがんと,ワケ,ネギ,こまつな,りょうとうもやし,にんじん,焼きのり,桃缶</p> <p>【赤】鶏・もも,豚肉,牛乳,クリーム,煮干し 【黄】ロールパン,じゃが芋,オリーブ油,バター,薄力粉,ごま,砂糖,精白米 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ,グリーンピース,こまつな,コーン,オレンジ</p> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>20 敬老の日</p> <p>21 もずく丼 ゆし豆腐(へちま) 十五夜 キャベツサラダ ソファール</p> <p>22 お弁当会</p> <p>23 秋分の日</p> <p>24 ハヤシライス スティックキュウリ フルーツサラダ</p> <p>25 麦ご飯 大豆と鶏肉のカレー炒め 白菜サラダ バナナ</p> </div> <div style="width: 40%;"> <p>【赤】凍り豆腐,豚かた,豚レバー,沖縄豆腐,明治牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,さつまい,三温糖,アーモンド 【緑】にんじん,ネギ,にんにく,からし,たまねぎ,オレンジ</p> <p>【赤】豚ひき肉,鶏卵,ゆし豆腐,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,砂糖,油,もち米,三温糖,ごま 【緑】沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,パチマ,キャベツ,みかん</p> <p>【赤】豚かた,ワケ,沖縄豆腐,ツ缶,チーズ 【黄】沖縄そば,油,精白米,三温糖 【緑】にんじん,キャベツ,りょうとうもやし,ニガウリ,バナナ,味付けのり</p> <p>【赤】鶏卵,べにざけ,豚かた,明治牛乳,豆乳,きな粉 【黄】精白米,砂糖,油,こまつな,ずでん粉 【緑】ひじき,さいいんげん,はくさい,トマト,ワケ,かぼちゃ,たまねぎ,しょうが,ぶどう</p> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>27 納豆ごはん ちむしんじ からし菜チャンプルー オレンジ</p> <p>28 麦ご飯 みそ汁(小松菜,油揚げ) わかさぎのオランダ揚げ ブロッコリーソテー 梨</p> <p>29 野菜そば 白和え(ゴーヤー,人参) バナナ</p> <p>30 秋鮭ずし みそ汁(白菜,トマト) かぼちゃと豚肉のうま煮 ぶどう</p> </div> <div style="width: 40%;"> <p>EM酪農牛乳 味噌おにぎり</p> <p>EM酪農牛乳 ゴマポッキー</p> <p>明治牛乳 誕生会ケーキ</p> <p>ジョア(マスク)80 ソーメンタシャ</p> <p>麦茶 ふりかけおにぎり いりこ</p> <p>EM酪農牛乳 ジャムパン</p> <p>明治牛乳 スイートホト</p> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>明治牛乳 人参かん</p> <p>みどり調整豆乳 ツナサンド</p> <p>明治牛乳 もちもちドーナツ</p> <p>麦茶 いなり寿司 味付小魚</p> <p>EM酪農牛乳 蒸し芋</p> </div> <div style="width: 40%;"> <p>消化吸収能力が未発達な子どもが冷たい物を多くとると、胃腸の働きが低下し、食欲が落ちたり、下痢をおこしやすくなります。冷たすぎない飲み物での水分補給を心がけましょう。</p> </div> </div>					
<p>明治牛乳 さつまいもクッキー</p> <p>EM酪農牛乳 スコーン</p> <p>麦茶 みそおにぎり チーズ(鉄分入り)</p> <p>明治牛乳 豆乳のくずもち</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

# 予 定 献 立 表

白鳥保育園

2021年9月分

離乳食

月	火	水	木	金	土
<p>～食べる意欲を育てましょう～</p> <p>おっぱいやミルクしか飲めなかった赤ちゃんが、少しずつ食べ物を取り込むことを覚え、いろいろな物を自分で食べて食の幅を広げていきます。新しい食材との出会いや、ワクワクドキドキするような体験が食べる意欲につながります。</p> <p>食事を楽しむ大人の姿、食べながら仲良く過ごす大人の姿がなよりの食育です。</p>		<p>1 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁(なす) 鶏ひき肉だし煮 野菜炒め煮(キャベツ・インゲン) すいか</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ、精白米 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">三色がゆ</p>	<p>2 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁(小松菜、えのき) 豆腐と白身魚だし煮 人参シソ(シラス) 梨</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、白身魚・缶詰しらす、きな粉 【黄】全かゆ、パン粉、ごま、食パン 【緑】こまつな、えのき、にんじん、ネギ、なし</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>3 ご飯～軟飯</p> <p>白身魚と根菜のだし煮煮 バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、鶏レバー、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、じゃが芋、そうめん 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、バナナ、ハチマ、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(鶏ミンチ)</p>	<p>4 ご飯～軟飯</p> <p>すまし汁(絹ごし、青菜) ピーマンとひき肉の炒め煮 りんご</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏ひき肉、ヨーグルト、きな粉 【黄】全かゆ、油、ごま油、三温糖、さつま芋 【緑】チンゲンサイ、ピーマン、赤ピーマン、りょくとうもやし、たまねぎ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">さつま芋のマッシュ</p>
		<p>6 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁(小松菜、麩) 魚の野菜あんかけ バナナ</p> <p><small>【赤】しろさけ、しらす 【黄】全かゆ、ふ、じゃが芋、油 【緑】こまつな、たまねぎ、にんじん、ピーマン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">じゃがいもの落とし焼き</p>	<p>7 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁(山東菜) 白身魚のおろし煮 人参ソテー 梨</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、三温糖、食パン 【緑】さんとうさい、大根、にんじん、さやいんげん、なし</small></p> <p style="text-align: center;">食パン</p>	<p>8 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁(かぼちゃ、しめじ) 魚のだし煮 人参シソ(シラス) オレンジ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、砂糖 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、りんご、にんじん、ニガウリ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">おじゃ(かぼちゃ)</p>	<p>9 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯</p> <p>すまし汁(冬瓜) 魚のだし煮 ナムル ぶどう</p> <p><small>【赤】べにざけ、鶏ささ身、しらす 【黄】全かゆ、砂糖、精白米 【緑】とうがんと、たまねぎ、ほうれんそう、りょくとうもやし、にんじん、きゅうり、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">軟飯(人参・シラス)</p>
<p>13 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁(山東菜) 高野豆腐と野菜のうま煮 かぼちゃサラダ ヨーグルト</p> <p><small>【赤】凍り豆腐、鶏ひき肉、しらす 【黄】全かゆ、油、三温糖、じゃが芋 【緑】さんとうさい、キャベツ、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">鮭ぞうすい</p>	<p>14 タコライス(軟)</p> <p>すまし汁(大根、ワカメ) 梨</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、豚レバー、キングクリップ 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】たまねぎ、にんじん、レタス、トマト、大根、ワカメ、ネギ、なし</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>15 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁(チンゲン菜) 魚だし煮 切り干し大根煮 ぶどう</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚ひき肉、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、ご飯 【緑】チンゲン菜、玉ねぎ、切り干し大根、にんじん、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">そばろがゆ</p>	<p>16 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁(冬瓜、ワカメ) 煮魚 磯部和え 桃缶</p> <p><small>【赤】キングクリップ、白身魚 【黄】全かゆ、そうめん、油 【緑】とうがんと、ワカメ、ネギ、こまつな、りょくとうもやし、にんじん、焼きのり、ニラ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">ソーメンタチャー</p>	<p>17 食パン</p> <p>チキンチャウダー 小松菜のお浸し オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏・もも、調製粉乳、しらす 【黄】食パン、じゃが芋、オリブ、薄力粉、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、グリーンピース、こまつな、オレンジ、ヨーグルト</small></p> <p style="text-align: center;">おじゃ(しらす)</p>	<p>18 ご飯～軟飯(納豆)</p> <p>みそ汁(チンゲン菜) モーウイのだし煮 バナナ</p> <p><small>【赤】納豆、豚ひき肉 【黄】全かゆ、さつま芋 【緑】根菜ねぎ、にんじん、チンゲンサイ、ワカメ、モーウイ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">サツマイモマッシュ</p>
<p>20 敬老の日</p> 	<p>21 もずく丼</p> <p>ゆし豆腐(へちま) キャベツサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、鶏卵、ゆし豆腐、きな粉 【黄】全かゆ、砂糖、油、精白米、三温糖 【緑】沖縄もずく、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、ハチマ、キャベツ、みかん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">おじゃ</p>	<p>22 お弁当会</p> <p>誕生会</p>  <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>23 秋分の日</p> 	<p>24 ハヤシライス(レバー)</p> <p>スティックキュウリ フルーツサラダ(みかん)</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏レバー、ヨーグルト 【黄】全かゆ、じゃが芋、油、薄力粉、バター、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、きゅうり、みかん、バナナ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">食パン</p>	<p>25 ご飯～軟飯</p> <p>大豆と鶏肉のトマト煮 りんご</p> <p><small>【赤】鶏肉、大豆、調製粉乳 【黄】全かゆ、油、オートミール 【緑】たまねぎ、ピーマン、ナス、にんじん、トマト、りんご、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">オートミールとバナナのお焼き</p>
<p>27 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁 豆腐と野菜のだし煮</p> <p><small>【赤】納豆、沖縄豆腐 【黄】全かゆ、じゃが芋、油、さつま芋 【緑】ネギ、からしな、にんじん、たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">さつま芋のマッシュ</p>	<p>28 ご飯～軟飯</p> <p>みそ汁(小松菜) 魚のだし煮 ブロッコリーソテー 梨</p> <p><small>【赤】しろさけ、ささ身 【黄】全かゆ、精白米 【緑】こまつな、ブロッコリー、にんじん、コーン、なし</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい(ささ身)</p>	<p>29 煮込み野菜そば</p> <p>白和え(ゴーヤー、人参) バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、沖縄豆腐、缶詰、鶏ひき肉 【黄】沖縄そば、油、精白米 【緑】にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、ニガウリ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">軟飯(そばろ)</p>	<p>30 秋鮭ごはん(軟)</p> <p>みそ汁(白菜、トマト) かぼちゃ含め煮 ぶどう</p> <p><small>【赤】べにざけ、鶏ひき肉、キングクリップ 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】ひじき、さやいんげん、はくさい、トマト、ワカメ、かぼちゃ、たまねぎ、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(魚)</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・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

《はちみつ・黒糖は乳児ポツリヌス症をおこしやすいので1歳までは与えないようにしましょう》