

予 定 献 立 表

2023年2月分

月	火	水	木	金	土
		<p>1 麦ご飯 すまし汁(大根,わかめ,ねぎ) 鮭のごま味噌焼き 白かえ(ほうれん草・人参) りんご</p> <p><small>【赤】しらさげ,沖繩豆腐,ツナ缶,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,ごまきび砂糖,ごま油,マヨドレ,強力粉,黒砂糖 【緑】大根,わかめ,ねぎ,ほうれん草,にんじん,りんご,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>2 麦ご飯 みそ汁(山東菜,えのき) 揚げ豆腐のあんかけ きゅうりの塩昆布あえ 味付小魚</p> <p><small>【赤】木綿豆腐,鶏ひき肉,牛乳,ゴマなしミニフィッシュ,ショア 【黄】精白米,おし麦,油,米粉 【緑】さんとうさい,えのき,たまねぎ,にんじん,きくらげ,ネギ,しょうが,きゅうり,塩昆布,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ジョアマスカット おこめボール パナナ</p>	<p>3 ロールパン ボルシチ トマトとキュウリのツナ和え プルーン</p> <p><small>【赤】牛乳,かたろース,豚レバー,クリーム,まぐろ缶詰,挽きわり納豆,豚ひき肉 【黄】ロールパン,じゃが芋,油,薄力粉,バター,精白米,きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,さやいんげん,トマト,きゅうり,プルーン,ネギ,焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆巻き</p>	<p>4 園内研修 お弁当 家庭保育の協力願い</p>  <p style="text-align: center;">牛乳 市販お菓子</p>
<p>6 あわご飯 みそ汁(白菜,しいたけ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) さつまいもの甘辛煮 パン缶</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,生揚げ,EM牛乳,木綿豆腐,ツナ缶 【黄】精白米,あわ精白粒,油,はるさめ,さつまいも,ごま 【緑】はくさい,しいたけ,にんじん,さやいんげん,パイン,アップル缶,焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ツナみそおにぎり</p>	<p>7 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ,しめじ) 鯖のカレー焼 菜の花のごま和え キャンディーチーズ</p> <p><small>【赤】さば牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,ごまきび砂糖,強力粉,薄力粉,バター,ゴマ(黒), 黒砂糖 【緑】かぼちゃ,しめじ,ネギ,なばな,コン,にんじん,バナ,にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 はちや棒 パナナ</p>	<p>8 お別れ遠足 お弁当</p>  <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 焼きうどん(おやつ)</p>	<p>9 麦ご飯 みそ汁(白菜,えのき) 魚てんぷら(卵抜き) ひじき炒め みかん</p> <p><small>【赤】キングクリップ,豆乳,豚,かた,赤肉,大豆,牛乳 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,こんにやく,油,もち米,黒砂糖,くず粉,タピオカ澱粉 【緑】はくさい,えのき,ひじき,にんじん,さやいんげん,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>10 キッズビビンバ みそ汁(豆腐,ねぎ) 大根の甘酢和え ソフール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚肉,沖繩豆腐,ソフール,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,ごま油,きび砂糖,ごま,薄力粉 【緑】にんにく,しょうが,たけのこ缶,しいたけ,にんじん,りよくとんもやし,ほうれん草,ネギ,大根,ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 いちごジャムパン</p>	<p>11 建国記念の日</p> 
<p>13 あわご飯 みそ汁(キャベツ,厚揚げ) なすの挽き肉炒め マカロニサラダ</p> <p><small>【赤】生揚げ,豚ひき肉 【黄】精白米,あわ精白粒,油,スパゲティ麺,マヨドレ,カレー 【緑】キャベツ,ナス,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,きゅうり,干しぶどう,梅干し,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) 梅おかかおにぎり</p>	<p>14 麦ご飯 すまし汁(小松菜,えのき) 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ含め煮 みかん</p> <p><small>【赤】しらさげ,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】こまつな,えのき,たまねぎ,キャベツ,しめじ,かぼちゃ,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 クッキー</p>	<p>15 麦ご飯 みそ汁(山東菜,豆腐) チキンのアップルソース 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) バナナ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐,鶏肉,まぐろ,缶,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,食パン,バター 【緑】さんとうさい,りんご,キャベツ,にんじん,りよくとんもやし,ピーマン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きな粉ラスク</p>	<p>16 カレーライス(ポーク)作り トマトときゅうりとツナ和え ポテトフライ グレープゼリー</p> <p><small>【赤】グリーンピース,豚肩ロース肉,鶏レバー,チーズ,牛乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,薄力粉 【緑】たまねぎ,にんじん,ピーマン,じゃがいも,ブロッコリー,トマト</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 チーズスティック</p>	<p>17 麦ご飯 魚汁(カラシナ) 炒りどり モズク酢(みかん)</p> <p><small>【赤】たい,鶏肉,みどり調整豆乳,シラス,卵,炭酸飲料,サイダー 【黄】精白米,おし麦,さといも,油,きび砂糖,薄力粉,ごま油,黒砂糖 【緑】からしな,にんじん,ごぼう,たけのこ,缶,しいたけ,さやいんげん,沖繩もずく,きゅうり,みかん,いちご,ジャ,みどり調整豆乳,そべポーポー</small></p> <p style="text-align: center;">牛乳 市販お菓子</p>	<p>18 マーボー豆腐丼 ナムル 飲む野菜と果実</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐,豚ひき肉,豚レバー,鶏ささ身,牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,ほうれん草,りよくとんもやし,きゅうり,</small></p> <p style="text-align: center;">牛乳 市販お菓子</p>
<p>20 あわご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(もやし,ひじき) 味付小魚</p> <p><small>【赤】鶏,豚かた肉,豆乳,小魚 【黄】精白米,あわ精白粒,油,きび砂糖 【緑】キャベツ,えのき,たまねぎ,にんじん,りよくとんもやし,ひじき,刻み昆布</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 クファジュシーおにぎり</p>	<p>21 きのごスパゲティ 豚肉と白菜のスープ しらすのサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚かた肉,しらす,豚肉 【黄】スパゲティ麺,ごま油,マヨドレ,精白米,油,薄力粉 【緑】にんじん,たまねぎ,しいたけ,しめじ,ぶなしめじ,ピーマン,焼きのり,はくさい,こまつな,コン,バナナ,ネギ,桃缶</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 ビーチケーキ</p>	<p>22 麦ご飯 みそ汁(白菜,しめじ) レバーのごまソースあえ 冬瓜の煮物 りんご</p> <p><small>【赤】豚レバー,鶏,もも,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,ごま,油,ケキ 【緑】はくさい,しめじ,しょうが,とうがき,にんじん,さやいんげん,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>23 天皇誕生日</p> 	<p>24 そぼろ丼 白菜サラダ チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,鶏卵,型抜きチーズ10鉄分,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,さつまいも 【緑】ほうれん草,りよくとん,さやいんげん,にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 芋スティック</p>	<p>25 沖繩そば(肉入り) 小松菜と油揚げのおかか和え みかん</p> <p><small>【赤】豚肉,かまぼこ,油揚げ,牛乳 【黄】沖繩そば,きび砂糖,精白米 【緑】なが昆布,にんじん,ネギ,こまつな,みかん,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">牛乳 市販お菓子</p>
<p>27 麦ご飯 イナムドチ からし菜チャンプルー バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた肉,かまぼこ,沖繩豆腐,チーズ 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,マヨドレ 【緑】大根,しいたけ,からしな,にんじん,たまねぎ,バナ,キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>28 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,さつまいも) 魚ハンバーグ ブロッコリーソテー みかん</p> <p><small>【赤】キングクリップ,鶏ひき肉,豆乳,豚かた肉,チーズ,ウィンナー 【黄】精白米,おし麦,さつまいも,油,パン粉,マヨドレ,ホットケーキ粉 【緑】キャベツ,たまねぎ,ブロッコリー,にんじん,コン,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 キャベツマフィン</p>	<p>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。感染症の予防・重症化を防ぐためには密を避け、手洗いの徹底の他、日々の健康管理も重要になってきます。 バランスよく、いろいろなものを食べて、元気な体づくりを心がけましょう♪</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

★アレルギー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

2023年2月分

12~14か月

月	火	水	木	金	土
		<p>1 軟飯～ご飯 すまし汁(大根,ワカメ) 鮭のごま味噌焼き 白和え(ほうれん草・人参)</p> <p><small>【赤】しろさげ,沖縄豆腐,ワカメ 【黄】精白米,ごま,きび砂糖,ごま油,マヨドレ,食パン 【緑】大根,ワカメ,ネギ,ほうれん草,にんじん,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>2 軟飯～ご飯 みそ汁(山東菜,えのき) 揚げ豆腐のあんかけ きゅうりの塩昆布あえ</p> <p><small>【赤】木綿豆腐,鶏ひき肉,キングクリップ 【黄】精白米,油,そうめん 【緑】さんとうさい,えのき,たまねぎ,にんじん,きくらげ,ネギ,しょうが,きゅうり,塩昆布,タンゼロ</small></p> <p style="text-align: center;">おこめボール パナナ</p>	<p>3 ロールパン ボルシチ 節分 トマトと水菜のツナ和え</p> <p><small>【赤】牛・かたろー,豚レバー,クリーム,まぐろ缶,挽きわり納豆,豚ひき肉 【黄】ロールパン,じゃが芋,油,薄力粉,バター,精白米,きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,さやいんげん,トマト,きょうな,ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p>	<p>4 園内研修 お弁当 家庭保育の協力願い</p> <p style="text-align: center;">せんべい</p> 
	<p>6 軟飯～ご飯 みそ汁(白菜,しいたけ) 生揚げのそぼろ煮 さつまいもの甘辛煮</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,生揚げ,木綿豆腐 【黄】精白米,油,はるさめ,さつまい,ホットケーキ,ゴマ(黒),ごま 【緑】はくさい,しいたけ,にんじん,さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(ツナみそおにぎり)</p>	<p>7 軟飯～ご飯 みそ汁(かぼちゃ,しめじ) 鯖の塩焼き ほうれん草のおひたし</p> <p><small>【赤】さば,チーズ 【黄】精白米 【緑】かぼちゃ,しめじ,ネギ,ほうれん草,コーン,にんじん,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>8 お別れ遠足 お弁当</p> <p style="text-align: center;">うどん煮</p> 	<p>9 軟飯～ご飯 みそ汁(白菜,えのき) 魚てんぷら(卵抜き) ひじき炒め</p> <p><small>【赤】キングクリップ,豆乳,豚かた,大豆,きな粉 【黄】精白米,薄力粉,油,きび砂糖 【緑】はくさい,えのき,ひじき,にんじん,さやいんげん,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>10 軟飯～ご飯(ビビンバ風) みそ汁(豆腐,ねぎ) 大根の甘酢和え</p> <p><small>【赤】豚かた肉,沖縄豆腐,調製粉乳 【黄】精白米,ごま油,きび砂糖,ごま,オートミール,油 【緑】にんにく,しょうが,たけのこ缶,しいたけ,にんじん,りょくとうもやし,ほうれん草,ネギ,大根,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">食パン</p>
<p>13 軟飯～ご飯 みそ汁(キャベツ,厚揚げ) なすの挽き肉炒め マカロニサラダ</p> <p><small>【赤】生揚げ,豚ひき肉 【黄】精白米,油,スパゲティ麺,マヨドレ 【緑】キャベツ,ナス,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,きゅうり,梅干し</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p>	<p>14 軟飯～ご飯 すまし汁(小松菜,えのき) 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ含め煮</p> <p><small>【赤】しろさげ,しらす 【黄】精白米,油,きび砂糖,そうめん 【緑】ごまつな,えのき,キャベツ,たまねぎ,しめじ,かぼちゃ,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>15 軟飯～ご飯 みそ汁(山東菜,豆腐) ポークのアップルソース 野菜炒め(キャベツ,ピーマン)</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,豚肉,豚かた肉,きな粉,豆乳 【黄】精白米,きび砂糖,油,食パン 【緑】さんとうさい,りんご,キャベツ,にんじん,ピーマン,りょくとうもやし,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">食パン</p>	<p>16 カレーライス(チキン) ブロッコリーのおかかチーズ和え</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏レバー,チーズ,しらす 【黄】精白米,じゃが芋,油 【緑】グリーンピース,たまねぎ,にんじん,さやいんげん,ブロッコリー,タンゼロ</small></p> <p style="text-align: center;">そべボーボー(卵なし)</p>	<p>17 軟飯～ご飯 みそ汁(白菜,しめじ) 白身魚のソテー 冬瓜の煮物</p> <p><small>【赤】キングクリップ,ヨーグルト,きな粉 【黄】精白米,バター,油,食パン 【緑】はくさい,しめじ,とうがん,にんじん,さやいんげん,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ (チーズスティック)</p>	<p>18 軟飯～ご飯 マーボー豆腐 ナムル</p> <p style="text-align: center;">せんべい</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,鶏ささ身,さば・缶詰 【黄】精白米,きび砂糖,ごま油,そうめん,油 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,りょくとうもやし,きゅうり,ネギ</small></p>
<p>20 軟飯～ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(もやし,ひじき)</p> <p><small>【赤】鶏・手羽,豆乳 【黄】精白米,油,米粉,きび砂糖 【緑】キャベツ,えのき,たまねぎ,にんじん,りょくとうもやし,ひじき,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p>	<p>21 きのこスパゲティ 豚肉と白菜のスープ しらすのサラダ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚かた肉,しらす,豚肉 【黄】スパゲティ麺,ごま油,マヨドレ,精白米,油 【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,ごまつな,コーン,昆布,ネギ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>22 軟飯～ご飯 おみそ汁(カラシ) 炒りどり 生モズク酢(みかん) 日</p> <p><small>【赤】鶏肉,キングクリップ 【黄】精白米,さとも,油,きび砂糖,食パン 【緑】からしな,にんじん,ごぼう,さやいんげん,沖縄もずく,きゅうり,みかん,いちご,ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ</p>	<p>23 天皇誕生日</p> 	<p>24 三色丼(鶏ひき肉) 白菜サラダ</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,鶏卵,ヨーグルト,きな粉 【黄】精白米,きび砂糖,油,さつまい 【緑】ほうれん草,はくさい,りんご,きゅうり,にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">さつまいスティック</p>	<p>25 沖縄そば(肉入り2) 小松菜のおかか和え たんかん</p> <p style="text-align: center;">せんべい</p> <p><small>【赤】豚肉 【黄】沖縄そば,きび砂糖,精白米 【緑】な昆布,にんじん,ネギ,ごまつな,タンゼロ,たまねぎ</small></p>
<p>27 軟飯～ご飯 みそ汁(大根) からし菜チャンプルー</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,豚かた肉,ウインナー,チーズ,牛乳 【黄】精白米,油,ホットケーキ,マヨドレ 【緑】大根,からしな,にんじん,たまねぎ,キャベツ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや (おかかチーズおにぎり)</p>	<p>28 軟飯～ご飯 みそ汁(キャベツ,さつまい) 魚ハンバーグ ブロッコリーソテー</p> <p><small>【赤】キングクリップ,鶏ひき肉,豆乳,豚肉,チーズ 【黄】精白米,さつまい,油,パン粉 【緑】キャベツ,たまねぎ,ブロッコリー,にんじん,コーン,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">ホットケーキ (キャベツマフィン)</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;">  <div style="text-align: center;"> <p>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。感染症の予防・重症化を防ぐためには密を避け、手洗いの徹底の他、日々の健康管理も重要になってきます。 バランスよく、いろいろなものを食べて、元気な体づくりを心がけましょう♪</p> </div>  </div>			

※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bot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▶