

予 定 献 立 表

2023年3月分

月	火	水	木	金	土
		1 麦ご飯 みそ汁(白菜,えのき) 鮭のマヨネーズ焼き きんぴら風煮(いんげん) りんご <small>【赤】沖縄豆腐,鮭,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,ホットケーキ,ゴマ(黒),マヨレ 【緑】なごみ,昆布,にんじん,大根,しいたけ,ほうれん草,オレシ,ネー 【緑】はくさい,しめじ,ネギ,ごぼう,にんじん,さやいんげん,りんご,玉ねぎ,えのき</small> EM酪農牛乳 セサミスティック	2 ゆかりご飯 ソーキ汁(大根) ほうれん草のおかか和え オレンジ <small>【赤】豚肉,ソーキ,EM牛乳,豆乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,薄力粉,油 【緑】なごみ,昆布,にんじん,大根,しいたけ,ほうれん草,オレシ,ネー</small> 明治牛乳 ひらやちー	3 ちらしずし(鮭) すまし汁(花魁) 花ウインナー ブロッコリー和え物 いちご シークワサーゼリー <small>【赤】鶏肉,べにざけウインナー,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま,焼きふ,シークワサーゼリー,薄力粉 【緑】はくさい,いんげん,たまねぎ,ワカメ,ブロッコリー,コーン,にんじん,いちご,桃缶</small> 麦茶 ビーチマフィン	4 チキンピラフ みそ汁(チンゲン菜,えのき) ポテトサラダ バナナ <small>【赤】鶏肉,もも,グリーンピース,EM牛乳 【黄】精白米,油,じゃが芋,マヨドレ,さつま芋,バター,きび砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,にんにく,チンゲンサイ,えのき,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ</small> 牛乳 市販お菓子
6 ふりかけご飯 豚汁 麩チャンプルー パイン缶 <small>【赤】豚かた肉,豚肉,鶏卵,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,さといも,油,ふ,ライ麦,薄力粉,きび砂糖 【緑】大根,こまつな,にんじん,根深ねぎ,キャベツ,たまねぎ,りょうとうもろやし,干しぶどう,パイン</small> EM酪農牛乳 スコーン(卵なし)	7 麦ご飯 なごみ汁(ネギ) チキンアップルソース 野菜炒め(青菜) オレンジ <small>【赤】豆腐,成鶏,もも,豚かた肉,EM牛乳,ハム,ピザチーズ 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,パン 【緑】なごみ,ネギ,りんご,チンゲンサイ,にんじん,りょうとうもろやし,ピーマン,コーン,オレンジ</small> 明治牛乳 ビザトースト	8 お別れ遠足 お弁当  麦茶 いなり寿司 チーズ10鉄分入り	9 麦ご飯 みそ汁(山東菜,油揚げ) ごぼう入り鶏つくね パパイヤイリチー りんご <small>【赤】油揚げ,鶏ひき肉,鶏レバー,沖縄豆腐,まぐろ缶,EM牛乳,牛乳(ケーキ) 【黄】精白米,おし麦,油,ホットケーキ粉,きび砂糖 【緑】さんとうさい,ごぼう,たまねぎ,ショウガ,パパイヤ,りんご</small> 明治牛乳 パンケーキ	10 カレーライス(ポーク) おからサラダ ソファール元気ヨーグルト <small>【赤】豚かた肉,豚レバー,おから,竹輪,ソファール,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,マヨドレ,はちや棒 【緑】たまねぎ,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ</small> EM酪農牛乳 はちや棒 バナナ	11 園内研修 お弁当 家庭保育の協力願い  牛乳 市販お菓子
13 スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ 粉ふきいも(青のり) 明治プリン60g <small>【赤】ウインナー,チーズ,豚かた肉,挽きわり納豆,豚ひき肉,ゴマなしミソ,フィッシュ 【黄】スパゲティ麺,オリーブ油,じゃが芋,精白米,きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,トマト,ピーマン,はくさい,あおのり,ネギ,焼きのり</small> 麦茶 納豆みそおにぎり	14 あわご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 バナナ <small>【赤】ゆし豆腐,牛,かた肉,ス,グリーンピース,EM牛乳,オリーブオイル,牛乳,チーズ 【黄】精白米,あわ精白粒,油,じゃが芋,こんにやく,きび砂糖,薄力粉 【緑】ネギ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,ワカメ,レモン,バナナ,ほうれん草</small> 明治牛乳 チーズ蒸しパン	15 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも,玉ねぎ) わかさぎのオランダ揚げ 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) オレンジ <small>【赤】わかさぎ,チーズ,豆乳,豚かた肉,EM牛乳,きな粉,オリーブオイル,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,薄力粉,油,くずでん粉,黒砂糖 【緑】たまねぎ,ネギ,にんじん,パセリ,キャベツ,ピーマン,りょうとうもろやし,タンゴロール</small> EM酪農牛乳 黒糖くずもち	16 麦ご飯 みそ汁(大根) チキン照り焼き れんこんのゴママヨサラダ りんご <small>【赤】成鶏,もも,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,ごま,マヨドレ,きび砂糖,ケーキ 【緑】たいこん,ねぎ,わかめ,しょうが,にんにく,れんこん,にんじん,さやいんげん,りんご</small> 明治牛乳 誕生会ケーキ	17 麦ご飯 ポークビーンズ(レバー) 切り干し大根サラダ チーズ10鉄分入り <small>【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,まぐろ缶,型抜きチーズ10鉄分,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,スパゲティ麺,油,ごま,きび砂糖,食パン 【緑】はくさい,しいたけ,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,きゅうり,いちご,チョコクリーム</small> EM酪農牛乳 チョコクリームサンド	18 麦ご飯 みそ汁(白菜,しいたけ) 豚肉のしょうが焼き 人参シリシ(シラス) もも缶 <small>【赤】豚肉,しらす,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,ごま,油,さつま芋,バター,きび砂糖,ゴマ(黒) 【緑】はくさい,しいたけ,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,しょうが,にんじん,ネギ,もも缶</small> 牛乳 市販お菓子
20 クワジャシューシー さつま汁 きゅうりともしの和え物 バナナ <small>【赤】豚肉,若鶏,もも,ツナ缶, EM牛乳 【黄】精白米,油,さつま芋,こんにやく,マヨドレ 【緑】にんじん,昆布,ネギ,大根,根深ねぎ,きゅうり,りょうとうもろやし,味付けのり,バナナ</small> EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり	21 春分の日 	22 麦ご飯 すまし汁(小松菜,しめじ) ごぼうと牛肉のみそ煮 マカロニサラダ パイン缶 <small>【赤】牛,かた肉,ス,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,きび砂糖,スパゲティ麺,マヨドレ,薄力粉,油,ごま 【緑】こまつな,しめじ,ごぼう,にんじん,しょうが,きゅうり,干しぶどう,パインアップル缶</small> EM酪農牛乳 サーターアUNDERギー	23 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ,水菜) 鮭の塩麹焼き マカロニサラダ 野菜炒め(ブロッコリー) オレンジ <small>【赤】生揚げ,しらす,さけ,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油 【緑】きょうな,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,オレンジ,ポテト</small> EM酪農牛乳 ポテトフライ	24 麦ご飯 ビーフシチュー フルーツサラダ 味付小魚 <small>【赤】牛,かた肉,ス,豚レバー,クリーム,ヨーグルト,ゴマなしミソ,フィッシュ,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,薄力粉,バター,かりんとう 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,ピーマン,みかん,バナナ,干しぶどう,スイートコーン</small> EM酪農牛乳 かりんとう 茹でコーン	25 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) ポークケチャップ かぼちゃ含め煮 バナナ <small>【赤】豚,かた,赤肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,黒砂糖 【緑】キャベツ,えのき,たまねぎ,にんじん,ピーマン,かぼちゃ,バナナ</small> 牛乳 市販お菓子
27 麦ご飯 マーボー豆腐 コーンスープ(キャベツ) きゅうり竹輪 キャンディーチーズ <small>【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,竹輪,みどり調整豆乳,ツナ缶, チーズ 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油,油 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,ニ,コーン,キャベツ,きゅうり,味付けのり</small> みどり調整豆乳 みそおにぎり	28 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,さつま芋) ハンバーグ(アレルギー対応) スパゲティサラダ ブルーベリー <small>【赤】牛,ひき肉,豚ひき肉,沖縄豆腐,まぐろ缶,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,じゃが芋,油,スパゲティ麺,マヨドレ,ロールパン,ミツ矢サイダー 【緑】キャベツ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,干しぶどう,ブルーベリー</small> EM酪農牛乳 そべポーポー	29 麦ご飯 みそ汁(なす,厚揚げ) 鯖の香味焼き クレープイリチー りんご <small>【赤】生揚げ,さば,豚かた肉,かまぼこ,EM牛乳,豚肉,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,こんにやく,油,うどん 【緑】ナシ,ショウガ,にんにく,昆布,しいたけ,にんじん,りんご,たまねぎ,からしな</small> EM酪農牛乳 カレーうどん	30 親子丼 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) なます オレンジ <small>【赤】鶏肉,鶏卵,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,しめじ,えのき,こまつな,大根,オレンジ,かぼちゃ</small> EM酪農牛乳 ちんすこう	31 新年度備品移動の為 家庭保育の協力願い お弁当  牛乳 市販お菓子	

※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

2023年3月分

ひよこ組

月	火	水	木	金	土
		<p>1 麦ご飯 みそ汁(白菜,えのき) 鮭のマヨネーズ焼き きんぴら風煮(いんげん) りんご</p> <p>【赤】鮭,豚肉,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,やま芋,油,ホットケーキ,ゴマ(黒),マヨドレ 【緑】はくさい,しめじ,ネギ,ごぼう,にんじん,さやいんげん,りんご,えのき</p> <p>EM酪農牛乳 セサミスティック</p>	<p>2 ゆかりご飯 ソーキ汁(大根) ほうれん草のおかか和え オレンジ</p> <p>【赤】豚肉,ソーキ,EM牛乳,豆乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,薄力粉,油 【緑】なが昆布,にんじん,大根,しいたけ,ほうれん草,オレンジ,ネー</p> <p>明治牛乳 ひらやちー</p>	<p>3 ちらしずし(鮭) すまし汁(花魁) 花ウインナー ブロッコリー和え物 いちご シークワサーゼリー</p> <p>ひな祭り</p> <p>【赤】べにざけウインナー, ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,ごま,焼きふ,シークワサーゼリー, 薄力粉 【緑】ひじき,さやいんげん,たまねぎ,ワカメ,ブロッコリー,コーン,にんじん,いちご, 桃缶</p> <p>麦茶 ビーチマフィン</p>	<p>4 チキンピラフ みそ汁(チンゲン菜,えのき) ポテトサラダ バナナ</p> <p>【赤】鶏肉,もも,グリーンピース,EM牛乳 【黄】精白米,油,じゃが芋,マヨドレ,さつま芋,バター,きび砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,にんにく,チンゲンサイ,えのき,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ</p> <p>牛乳 市販お菓子</p>
<p>6 ゆかりご飯 豚汁 麩チャンプルー(卵抜き) パイン缶</p> <p>【赤】豚かた肉,豚肉,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,さといも,油,ふ,ライ麦,薄力粉,きび砂糖 【緑】大根,こまつな,にんじん,根深ねぎ,キャベツ,たまねぎ,りょくとうもろやし,干しぶどう, パイン, ゆかり粉</p> <p>EM酪農牛乳 スコーン(卵なし)</p>	<p>7 麦ご飯 なめこ汁(ネギ) チキンアップルソース 野菜炒め(青菜) オレンジ</p> <p>【赤】豆腐,成鶏,もも,豚かた肉,EM牛乳,ハム,ピザチーズ 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,パン 【緑】なめこ,ネギ,りんご,チンゲンサイ,にんじん,りょくとうもろやし,ピーマン,コーン, オレンジ</p> <p>明治牛乳 ビザトースト</p>	<p>8 お別れ遠足 お弁当</p> <p>麦茶 いなり寿司 チーズ10鉄分入り</p> 	<p>9 麦ご飯 みそ汁(山東菜,油揚げ) ごぼう入り鶏つくね パパイヤイリチー りんご</p> <p>【赤】油揚げ,鶏ひき肉,鶏レバー,沖縄豆腐,まぐろ缶,EM牛乳,おし麦 【黄】精白米,おし麦,油,ホットケーキ粉,きび砂糖 【緑】さんとうさい,ごぼう,たまねぎ,ショウガ,パパイア,りんご</p> <p>明治牛乳 パンケーキ</p>	<p>10 カレーライス(ポーク) おからサラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p>【赤】豚かた肉,豚レバー,おから,竹輪,ソファール,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,マヨドレ,はちや棒 【緑】たまねぎ,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ</p> <p>EM酪農牛乳 はちや棒 バナナ</p>	<p>11 園内研修 お弁当 家庭保育の協力願い</p>  <p>牛乳 市販お菓子</p>
<p>13 スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ 粉ふきいも(青のり) ヨーグルト</p> <p>【赤】ウインナー,チーズ,豚かた肉,焼きわら,納豆,豚ひき肉 【黄】スパゲティ麺,オリーブ油,じゃが芋,精白米,きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,トマト,ピーマン,はくさい,あおのり,ネギ,焼きのり</p> <p>麦茶 納豆みそおにぎり</p>	<p>14 あわご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 バナナ</p> <p>【赤】ゆし豆腐,牛,かた肉,ス,グリーンピース,牛乳,チナリ,チーズ,牛乳,チーズ 【黄】精白米,あわ精白粒,油,じゃが芋,こんにやく,きび砂糖,薄力粉 【緑】ネギ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,ワカメ,レモン,バナナ,ほうれん草</p> <p>明治牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>15 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも,玉ねぎ) 白身魚のオランダ揚げ 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) オレンジ</p> <p>【赤】白身魚,チーズ,豆乳,豚かた肉,EM牛乳,きな粉,チナリ,チーズ,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,薄力粉,油,くずでん粉,黒砂糖 【緑】たまねぎ,ネギ,にんじん,パセリ,キャベツ,ピーマン,りょくとうもろやし,タンゴロール</p> <p>EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>16 麦ご飯 みそ汁(大根) チキン照り焼き れんこんのゴママヨサラダ りんご</p> <p>誕生会</p> <p>【赤】豚肉,もも,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,ごま,マヨドレ,きび砂糖,ケーキ 【緑】たいこん,ねぎ,わかめ,しょうが,にんにく,れんこん,にんじん,さやいんげん,りんご</p> <p>明治牛乳 誕生会ケーキ(卵抜き)</p>	<p>17 麦ご飯 ポークビーンズ(レバー) 切り干し大根サラダ チーズ10鉄分入り</p> <p>【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,まぐろ缶,型抜きチーズ10鉄分,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,スパゲティ麺,油,ごま,きび砂糖,食パン 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,切り干し大根,きゅうり,いちご, チョコクリーム</p> <p>EM酪農牛乳 チョコクリームサンド</p>	<p>18 麦ご飯 みそ汁(白菜,しいたけ) 豚肉のしょうが焼き 人参シリシ(シラス) もも缶</p> <p>【赤】豚肉,しらす,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,ごま,油,さつま芋,バター,きび砂糖,ゴマ(黒) 【緑】はくさい,しいたけ,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,しょうが,にんじん,ネギ,もも缶</p> <p>牛乳 市販お菓子</p>
<p>20 クワジャシューシー さつま汁 きゅうりともよしの和え物 バナナ</p> <p>【赤】豚肉,若鶏,もも,ツナ缶, EM牛乳 【黄】精白米,油,さつま芋,こんにやく,マヨドレ 【緑】にんじん,昆布,ネギ,大根,根深ねぎ,きゅうり,りょくとうもろやし,味付けのり, バナナ</p> <p>EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p>	<p>21 春分の日</p> 	<p>22 麦ご飯 すまし汁(小松菜,しめじ) ごぼうと牛肉のみそ煮 マカロニサラダ パイン缶</p> <p>【赤】牛,かた肉,ス,EM牛乳,精ごし豆腐 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,きび砂糖,スパゲティ麺,マヨドレ,薄力粉,油,ごま 【緑】こまつな,しめじ,ごぼう,にんじん,しょうが,きゅうり,干しぶどう,パインアップル缶</p> <p>EM酪農牛乳 もちもちドーナツ</p>	<p>23 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ,水菜) 鮭の塩麹焼き 野菜炒め(ブロッコリー) オレンジ</p> <p>【赤】生揚げ,しらす,さけ,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油 【緑】きょうな,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,オレンジ,ポテト</p> <p>EM酪農牛乳 ポテトフライ</p>	<p>24 麦ご飯 ビーフシチュー フルーツサラダ 味付小魚</p> <p>【赤】牛,かた肉,ス,豚レバー,クリーム,ヨーグルト,ゴマなしミニフィッシュ,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,薄力粉,バター 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,ピーマン,みかん,バナナ,干しぶどう,スイートコーン</p> <p>EM酪農牛乳 せんべい 茹でコーン</p>	<p>25 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) ポークケチャップ かぼちゃ含め煮 バナナ</p> <p>【赤】豚,かた,赤肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,黒砂糖 【緑】キャベツ,えのき,たまねぎ,にんじん,ピーマン,かぼちゃ,バナナ</p> <p>牛乳 市販お菓子</p>
<p>27 麦ご飯 マーボー豆腐 コーンスープ(キャベツ) きゅうり竹輪 キャンディーチーズ</p> <p>【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,竹輪,みどり調整豆乳,ツナ缶, チーズ 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油,油 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,ニ,コーン,キャベツ,きゅうり,味付けのり</p> <p>みどり調整豆乳 みそおにぎり</p>	<p>28 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,さつま芋) ハンバーグ(アレルギー対応) スパゲティサラダ 果物</p> <p>【赤】牛,ひき肉,豚ひき肉,沖縄豆腐, EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,じゃが芋,油,スパゲティ麺,マヨドレ,薄力粉, 黒砂糖, 三ツ矢サイダー 【緑】キャベツ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,干しぶどう,コーン</p> <p>EM酪農牛乳 そペーパー(卵抜き)</p>	<p>29 麦ご飯 みそ汁(なす,厚揚げ) 白身魚の香味焼き クープイリチー りんご</p> <p>【赤】生揚げ,白身魚,豚かた肉,かまぼこ,EM牛乳,豚肉 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,こんにやく,油,うどん 【緑】ナシ,ショウガ,にんにく,昆布,しいたけ,にんじん,りんご,たまねぎ,からし</p> <p>EM酪農牛乳 カレーうどん</p>	<p>30 親子丼(卵抜き) すまし汁(しめじ,えのき,水菜) なます オレンジ</p> <p>【赤】鶏肉,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,しめじ,えのき,こまつな,大根,オレンジ,かぼちゃ</p> <p>EM酪農牛乳 ちんすこう</p>	<p>31 新年度備品移動の為 家庭保育の協力願い お弁当</p>  <p>牛乳 せんべい</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