

# 予 定 献 立 表

2016年7月分

白鳥保育園

月	火	水	木	金	土
<p><b>楽しい食育</b> 子どもたちが食材に触れることは、食べ物に興味・関心を持つきっかけになります。皮付きのとうもろこしや枝についた枝豆に触れてみよう！ひげは1本1本粒とつながっているんだ！みどりの皮をむくと、中から鮮やかなとうもろこしの粒！枝豆って枝に付いているんだ！緑のふさの中に枝豆がはいっているよ！ そのままでも甘くておいしい夏野菜。保育所では旬の生とうもろこしや枝豆を茹でて、おや</p>					
				<p>1 麦ご飯(胚が米) スタミナカレー もずく酢(みかん)</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、ゲンキミルク 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、砂糖 【緑】玉ねぎ、にんじん、かぼちゃ、ヘチマ、ニガウリ、沖縄もずく、きゅうり、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 田芋ロール</p>	<p>2 ご飯(胚芽) みそ汁(ヘチマ・豆腐) 松風焼き かぼちゃ含め煮 オレンジ(ネーブル)</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、豚肉 【黄】胚芽米、三温糖、ごま、精白米 【緑】ヘチマ、玉ねぎ、かぼちゃ、ネーブル、にんじん、しいたけ、ごまつな</small></p> <p style="text-align: center;">午後から七夕まつり </p>
<p>4 ご飯(胚芽) トマトと卵のスープ 中華丼(きくらげ) きゅうりとみかんの和え物 プルーン</p> <p><small>【赤】鶏卵、豚肉、EM牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、砂糖、食パン、バター 【緑】トマト、ごまつな、はくさい、生、にんじん、きくらげ、乾、ピーマン、きゅうり、みかん、プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 シナモントースト</p>	<p>5 麦ご飯(胚が米) みそ汁(じゃがいも) さばのおろし煮 フーイリチー(卵・豚) バナナ</p> <p><small>【赤】さば、生、豚肉、鶏卵 【黄】胚芽米、おし麦、三温糖、ふ、うどん 【緑】じゃがいも、しょうが、大根、モヤシ、にんじん、キャベツ、バナナ、玉ねぎ、からしな</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) カレーうどん(おやつ)</p>	<p>6 ご飯(胚芽) ミネストローネ(大豆) トンカツ もういっの和え物 すいか</p> <p><small>【赤】豚肉、豚レバー、赤肉、生、ゲンキミルク、牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、砂糖 【緑】にんじん、玉ねぎ、トマト、みかん、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) ゴマポッキー</p>	<p>7 ご飯(胚芽) きらきらスープ(オクラ) 七 チーズハンバーグ タ しらすのサラダ 七夕デザート </p> <p><small>【赤】豆腐、牛、ひき肉、生、豚レバー、鶏卵、しらす 【黄】胚芽米、そうめん 【緑】オクラ、にんじん、玉ねぎ、ごまつな、コーン、きゅうり、トマト、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">冷やしそうめん バナナ</p>	<p>8 ロールパン(デイトロール) ポークビーンズ(レバー) フルーツサラダ(みかん)</p> <p><small>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、ヨーグルト、EM牛乳 【黄】ロールパン、スバゲティ麺、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</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 焼き芋</p>	<p>9 ご飯(胚芽) すまし汁(しめじ・えのき・水菜) マーボー豆腐 きゅうりとえ(オクラ) オレンジ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、EM牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、ごま油、ライ麦、全粒粉、三温糖 【緑】しめじ、えのき、きょうな、にんじん、しいたけ、玉ねぎ、にんにく、しょうが、こ、きゅうり、オクラ、オレンジ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) スコーン</p>
<p>11 ご飯(胚芽) みそ汁(山東菜・しめじ) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) ミニゼリー(プルーン)</p> <p><small>【赤】成鶏、手羽、まぐろ、缶詰、EM牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、バター、砂糖 【緑】さんとうさい、葉、生、しめじ、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン、ニガウリ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 若夏ケーキ</p>	<p>12 ご飯(胚芽) もずく丼 きゅうりの和え物(中華風) チーズで鉄</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、鶏卵、EM牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、三温糖、ごま油 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、きゅうり、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">ミルミル(ビフィズス菌) クリームパン</p>	<p>13 ご飯(胚芽) すまし汁(大根・タマネギ・ネギ) レバーのカレー揚げ 野菜炒め(もやし・ピーマン・青菜) すいか</p> <p><small>【赤】豚レバー、鶏卵、豚肉、ゲンキミルク、牛乳 【黄】胚芽米、強力粉、黒砂糖、ごま、乾 【緑】大根、玉ねぎ、ネギ、にんじん、チンゲンサイ、モヤシ、ピーマン、スイカ、干しぶどう、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) 黒糖カステラ 枝豆</p>	<p>14 ちりめん寿司 すまし汁(小松菜・シメジ) パイパイリチー メロン</p> <p><small>【赤】鶏卵、しらす、豚肉、EM牛乳、牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、ごま、さつま芋、バター 【緑】バナナ、にんじん、し、生、葉、生、ごまつな、しめじ、パイ、ニ、メロン</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) さつま芋のガレット</p>	<p>15 ご飯(胚芽) ビーフシチュー 小松菜とコーンの和え物</p> <p><small>【赤】牛かた肉、生、豚レバー、クリーム、ゲンキミルク 【黄】胚芽米、じゃが芋、バター、砂糖 【緑】にんじん、玉ねぎ、しめじ、ぶなしめじ、生、ピーマン、ごまつな、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ドラ焼き</p>	<p>16 野菜そば ゴーヤーの白和え 元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚、かた、赤肉、生、カマボコ、沖縄豆腐、ツナ缶、ゲンキミルク 【黄】胚芽米、おし麦、ごま油、やま芋、砂糖 【緑】にんじん、キャベツ、モヤシ、ニガウリ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) みそおにぎり</p>
<p>18</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">海の日</p> 	<p>19 あわご飯(胚芽米) イナムドチ からし菜チャンプルー きゅうりの和え物(梅) 日 さくらんぼフレッシュ</p> <p><small>【赤】豆乳、豚肉、カマボコ、沖縄豆腐、ツナ缶、EM牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく 【緑】大根、しいたけ、からしな、にんじん、きゅうり、梅干し、スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 茹でコーン 黒棒</p>	<p>20 トマトスパゲティ コーンスープ(セロリー・卵) キャベツサラダ チーズで鉄</p> <p><small>【赤】豚レバー、鶏卵、豚肉、ゲンキミルク 【黄】スパゲティ麺、ごま油、砂糖、胚芽米 【緑】バナナ、トマト、ナス、玉ねぎ、しめじ、コーン、セロリー、生、キャベツ、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) ゆかりおにぎり</p>	<p>21 あわご飯(胚芽米) みそ汁(ネギ・シメジ・豆腐) 肉じゃが ワカメと春雨の和え物 すいか</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、牛肉、EM牛乳、ツナ 【黄】胚芽米、ケーキ、春雨 【緑】ワカメ、しめじ、じゃが芋、タマネギ、トマト、キュウリ、ネギ、スイカ、グリーンピース</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) 誕生会ケーキ</p>	<p>22 ご飯(胚芽) チキンカレー 大豆サラダ</p> <p><small>【赤】鶏肉、鶏レバー、大豆、EM牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、バター、砂糖、ごま油、紫いもチップ 【緑】玉ねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、ひじき、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 いもチップ バナナ</p>	<p>23 麦ご飯(胚が米) すまし汁(小松菜・大根) 鮭の照り焼き なべーらーんぶしー オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏卵、しろさけ、生、豚肉、沖縄豆腐、ゲンキミルク 【黄】胚芽米、おし麦、ごま油、やま芋、砂糖 【緑】ごまつな、大根、ヘチマ、オレンジ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) 人参のかるかんカップケーキ</p>
<p>25 ご飯(胚芽) みそ汁(じゃがいも) ゴーヤーチャンプルー かぼちゃの含め煮 ミニゼリー(白桃)</p> <p><small>【赤】チーズ、沖縄豆腐、豚肉、鶏卵、EM牛乳、牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、砂糖 【緑】ネギ、玉ねぎ、にんじん、ニガウリ、かぼちゃ、あおさ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 アーサカステラ</p>	<p>26 ふりかけご飯(胚芽) みそ汁(さんとうさい・麩) 魚のてんぷら(磯部) きんぴら風煮(いんげん) ぶどう(30g)</p> <p><small>【赤】キングクリップ、鶏ひき肉、ゲンキミルク、ツナ缶 【黄】胚芽米、ふ 【緑】オレンジ、さんとうさい、葉、生、あおのり、素干し、ごぼう、にんじん、さやいんげん、ぶどう、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) ツナマヨおにぎり</p>	<p>27 ご飯(胚芽) みそ汁(もやし・ワカメ) すきやき風煮 ポテトサラダ オレンジ(ネーブル)</p> <p><small>【赤】牛乳、輸入牛、かた、ローズ、生、沖縄豆腐、鶏卵、豚、ゼラチン、カクテルアイス 【黄】胚芽米、こんにやく、じゃが芋、はちみつ、黒砂糖、アーモンド、ごま 【緑】モヤシ、ワカメ、にんじん、はくさい、キュウリ、ネーブル</small></p> <p style="text-align: center;">ゴマゼリー アーモンドミニフィッシュ</p>	<p>28</p> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">お弁当の日</p>  <p style="text-align: center;">パンダミルク(加工乳) オートミールクッキー</p>	<p>29 麦ご飯(胚が米) みそ汁(じゃがいも・ワカメ) 鮭のマヨネーズ焼き 赤瓜の煮つけ(豚バラ) パインアップル</p> <p><small>【赤】ペにぎげ、豚肉、しらす 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、ミルミル、ごま、むき、三温糖 【緑】ワカメ、しめじ、玉ねぎ、にんじん、パイン、にんじん、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 じゃこひじきふりかけおにぎり</p>	<p>30 あわご飯(胚芽米) みそ汁(キャベツ・ねぎ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) 大根ときゅうりの和え物 プルーン</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、生揚げ、みどり調整豆乳、脱脂粉乳、鶏卵 【黄】胚芽米、はるさめ、砂糖、バター 【緑】キャベツ、ネギ、にんじん、さやいんげん、きゅうり、大根、バナナ、プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 バナナケーキ</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

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生

