

予 定 献 立 表

2016年8月分

白鳥保育園

月	火	水	木	金	土	
1 麦ご飯(胚が米) みそ汁(ヘチマ・豆腐) チキンマレード煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) ミニゼリー(フルーン) 【赤】沖縄豆腐、成鶏・手羽、まぐろ・缶詰、EM牛乳、鶏肉、グリーンピース 【黄】胚芽米、おし麦、バター 【緑】オレンジ、ヘチマ、オレンジ・マレード、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン、玉ねぎ、コーン EM酪農牛乳 ジャワライス(おにぎり)	2 ご飯(胚芽) タコライス すまし汁(えのき・ワカメ) かぼちゃサラダ バナナ 【赤】豆乳、牛・ひき肉、生、ケンキミルク、クリーム、脱脂粉乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、焼きふ・観世ふ、砂糖 【緑】にんにく、玉ねぎ、にんじん、レタス、キャベツ、トマト、えのき、ワカメ、かぼちゃ、きゅうり、バナナ パンダミルク(加工乳) ふむふむ	3 ご飯(胚芽) 中身汁 からし菜チャンプルー もずく酢(みかん) 桃 【赤】はっ酵乳、豚・かた、沖縄豆腐、ツナ缶、豆腐 【黄】胚芽米、こんにやく、おし麦、黒砂糖、三温糖、白玉粉 【緑】しいたけ、しょうが、こねぎ、からし、にんじん、キャベツ、ひじき、沖縄もずく、きゅうり、みかん、もも ぜんざい チーズで鉄	4 麦ご飯(胚が米) みそ汁(オクラ・豚) 揚げ魚のケチャップ煮 小松菜とコーンのゴマ和え すいか 【赤】豚肉、ホキ生、ケンキミルク 【黄】胚芽米、おし麦、三温糖、ごま、砂糖、食パン 【緑】バナナ、オクラ、こまつな、コーン、スイカ、いちご・ジャム パンダミルク(加工乳) ジャムサンド(イチゴ)	5 ロールパン ボルシチ きゅうり和え(オクラ) 【赤】牛・ひき肉、生、豚レバー、クリーム、EM牛乳 【黄】ロールパン、じゃが芋、バター、さつま芋 【緑】にんじん、玉ねぎ、しめじ・生、さやいんげん、きゅうり、オクラ EM酪農牛乳 焼き芋	6 まぜご飯 なめこ汁(ネギ) 赤瓜の煮つけ(豚バラ) バナナ 【赤】豚肉、さくらえび・素干し、鶏卵、豆腐、豚肉、EM牛乳、牛乳 【黄】胚芽米、砂糖 【緑】オレンジ、ひじき、にんじん、からし、なめこ、ネギ、バナナ、あおさ パンダミルク(加工乳) アーサカステラ	
8 あわご飯(胚芽米) みそ汁(キャベツ・ねぎ) 炒り豆腐 さつまいもの甘辛煮 ぶどう 【赤】チーズ、沖縄豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、EM牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、こんにやく、三温糖、さつま芋、くずでん粉、黒砂糖 【緑】キャベツ、ネギ、しいたけ、にんじん、玉ねぎ、ぶどう EM酪農牛乳 黒糖くずもち	9 納豆みそごはん すまし汁(シメジみつば) ごぼう入り鶏つくね スティックきゅうり パインアップル 【赤】豚ひき肉、鶏ひき肉、鶏レバー、沖縄豆腐、ケンキミルク、鶏卵、牛乳 【黄】ビスケット、胚芽米、三温糖、バター、オートミール 【緑】ネギ、しめじ、えのき、ミツバ、ごぼう、にんじん、きゅうり、パイン、干しぶどう パンダミルク(加工乳) オートミールクッキー	10 ご飯(胚芽) みそ汁(じゃがいも) ちくわのチーズ揚げ(磯部) 野菜炒め(もやしひじき) プチトマト 【赤】はっ酵乳、竹輪、豚肉、豆腐、豆乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、薄力粉・2等、白玉粉 【緑】ネギ、あおのり、素干し、にんじん、キャベツ、モヤシ、ひじき、トマト、パイン、バナナ、みかん、スイカ 調整豆乳 フルーツ白玉 ノンソルトクラッカー	11 山の日 	12 あわご飯(胚芽米) チキンカレー へちまサラダ 【赤】鶏肉、鶏レバー、ツナ缶、EM牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、バター、オリーブ油、砂糖、パン 【緑】オレンジ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、ヘチマ、コーン、トマト、レモン EM酪農牛乳 あんぱん	13 お招き会 	
15 麦ご飯(胚が米) みそ汁(水菜油あげ) 肉じゃが ワカメと春雨のサラダ(トマト) プルーンゼリー 【赤】油揚げ、牛・ひき肉、グリーンピース、ツナ缶、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、こんにやく、三温糖、はるさめ、白玉粉、バター、ココナツパウダー 【緑】きょうな、玉ねぎ、にんじん、きゅうり、ワカメ、トマト、プルーンゼリー、かぼちゃ EM酪農牛乳 ココナツもちケーキ	16 ご飯(胚芽) みそ汁(じゃが芋・麩) 中華丼 塩昆布和え パイン缶 【赤】はっ酵乳、煮干し、麩、豚肉、牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、強力粉、黒砂糖、ごま、じゃが芋 【緑】キャベツ、にんじん、しいたけ、ピーマン、きゅうり、塩昆布、パイン缶、干しぶどう パンダミルク(加工乳) 黒糖カステラ	17 お弁当の日 	18 スパゲティミートソース(豚) オクラ入りすまし汁(ワカメ) コールスローサラダ プルーン 【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、しらす 【黄】スパゲティ麺、バター、三温糖、ミルミル、胚芽米、ごま・むぎ 【緑】バナナ、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、オクラ、ワカメ、キャベツ、プルーン、にんじん、ひじき ジョア(ピーチ) じゃこひじきふりかけおにぎり	19 麦ご飯(胚が米) シーフードカレー トマトサラダ(きゅうり) 食育の日 【赤】フラクタイカー、あかいか、キンクリップ、豚肉、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、三温糖、オリーブ油 【緑】にんじん、玉ねぎ、にんにく、ピーマン、トマト、きゅうり、カットカメ、スイートコーン アイスクリーム 茹でコーン	20 ご飯(胚芽) みそ汁(ようさい・麩) 高野豆腐と野菜のうま煮 かぼちゃサラダ パイン缶 【赤】チーズ、凍り豆腐、豚・もも・生、豚肉 【黄】胚芽米、ふ、三温糖、じゃが芋 【緑】ようさい、キャベツ、にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ、きゅうり、パイン缶、しいたけ、こまつな ジョア(プレーン) ポロポロジュシー(小松菜・ハンダマ)	
22 麦ご飯(胚が米) もずくスープ チキン照り焼き 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) オレンジ(ネーブル) 【赤】豆腐、成鶏・もも、まぐろ・缶詰、水煮、ケンキミルク、牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、おし麦、さつま芋、砂糖、バター 【緑】もずく、根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン、ネーブル EM酪農牛乳 さつま芋のガレット	23 ハンダマご飯 みそ汁(小松菜・麩) 鮭のマヨネーズ焼き 煮豆 すいか 【赤】ペにさげ、大豆、EM牛乳、しらす 【黄】胚芽米、砂糖、ごま、ごま油、三温糖 【緑】バナナ、小松菜、しめじ、ネギ、しめじ、玉ねぎ、真昆布・素干し、にんじん、スイカ、コーン パンダミルク(加工乳) チヂミ	24 あわご飯(胚芽米) みそ汁(じゃがいも・ネギ) チキンデルモニコ いんげんのソテー パインアップル 【赤】牛乳、煮干し、鶏ささ身、鶏卵、ハム、チーズ、ヨーグルト、脱脂加糖、クリーム、豚・セラチン 【黄】胚芽米、オリーブ油、じゃが芋、ケーキ 【緑】じゃがいも、ネギ、ピーマン、玉ねぎ、さやいんげん、にんじん、コーン、パインアップル、ブルーベリージャム ヨーグルトゼリー ジャムサンド	25 ご飯(胚芽) すまし汁(大根・カイワレ) 鶏と大豆のトマト煮 ポテトフライ すいか 【赤】豆乳、成鶏・もも、大豆、チーズ、ケンキミルク 【黄】胚芽米、オリーブ油、じゃが芋、ケーキ 【緑】大根、かいわれ大根、にんにく、トマト、しめじ、マッシュルーム缶、パセリ、すいか パンダミルク(加工乳) 誕生会ケーキ	26 麦ご飯(胚が米) ハヤシライス ツナサラダ(アボカド) 【赤】牛肉、鶏レバー、ツナ缶、ケンキミルク 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋 【緑】オレンジ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、きゅうり、セロリ・生、アボカド・生 パンダミルク(加工乳) 紅芋ハン	27 あわご飯(胚芽米) すまし汁(冬瓜・麩・かいわれ) 豚肉のしょうが焼 人参シリシリ(シラス) オレンジ 【赤】牛乳、豚肉、しらす、みどりケンキミルク、脱脂粉乳、鶏卵 【黄】胚芽米、ふ、ごま油、砂糖 【緑】冬瓜、かいわれ大根、玉ねぎ、しょうが、にんじん、ネギ、オレンジ、もも・缶・果肉 パンダミルク(加工乳) ピーチマフィン	
29 あわご飯(胚芽米) ゆし豆腐(ねぎ) なすの挽き肉炒め スパゲティサラダ プチトマト 【赤】ゆし豆腐、豚ひき肉、EM牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、スパゲティ麺、バター、砂糖 【緑】ネギ、ナス、にんじん、玉ねぎ、干しぶどう、きゅうり、トマト、ニガウリ、バナナ EM酪農牛乳 夏夏ケーキ	30 ご飯(胚芽) すまし汁(ようさい・シメジ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) パパイヤイリチー(ツナ) オレンジ(ネーブル) 【赤】さば・生、まぐろ・缶詰、水煮、ケンキミルク 【黄】胚芽米、三温糖、さつま芋、さつまいもでん粉、砂糖 【緑】ようさい、しめじ、しょうが、玉ねぎ、パパイヤ、にんじん、ネーブル パンダミルク(加工乳) 芋クジアンダーギー	31 ご飯(胚芽) みそ汁(冬瓜ねぎ) ひじきハンバーグ 野菜炒め(小松菜・エリンギ) ぶどう(30g) 【赤】はっ酵乳、豚ひき肉、鶏レバー、鶏卵、EM牛乳、ツナ缶 【黄】胚芽米、ごま油 【緑】とうがん、ネギ、ヒジキ、ひじき、にんじん、こまつな、エリンギ、ぶどう、味付けのり パンダミルク(加工乳) ツナマヨおにぎり	元気に夏を過ごしましょう 毎日暑い日が続きます つい冷たいものばかりを食べたり飲んだり、 冷房をかけた室内と外の温度差などでおこる夏バテ。 しっかり食べる工夫で予防しましょう! 早寝・早起きで生活リズムを整え、特に朝食はきちんと取りたいですね。			

※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

予 定 献 立 表

2016年8月分

白鳥保育園離乳食

月	火	水	木	金	土
1 軟飯(麦) ヨーグルト みそ汁(ヘチマ・豆腐) 野菜の炒め チキンマレード ド <small>【赤】沖縄豆腐,鶏ささ身,鶏肉,グリーンピース【黄】胚芽米,おし麦【緑】ヘチマ,にんじん,キャベツ,モヤシ,ピーマン,玉ねぎ,コーン</small> ジャワライス風(軟)	2 軟飯 タコライス すまし汁 かぼちゃサラダ バナナ <small>【赤】牛・ひき肉-生,脱脂粉乳【黄】胚芽米,じゃが芋【緑】玉ねぎ,にんじん,レタス-生,トマト,かぼちゃ,きゅうり,バナナ</small> 蒸しパン おかゆ	3 軟飯 中身汁の具なし からし菜チャンプルー もずく酢 桃 <small>【赤】キングクリップ,沖縄豆腐,ツナ缶,きな粉【黄】胚芽米,三温糖【緑】からし菜,にんじん,モ</small>	4 軟飯(麦) みそ汁(オクラ) 魚のケチャップ煮 小松菜とコーンの和え物 すいか <small>【赤】キングクリップ,若鶏・ささ身-生,脱脂粉乳【黄】胚芽米,おし麦,食パン【緑】オクラ,こまつな,コーン,スイ</small>	5 ロールパン 軟飯 ボルシチ きゅうり and え(オクラ) <small>【赤】牛・ひき肉-生,豚レバー,きな粉【黄】ロールパン,じゃが芋,バター,さつま芋【緑】にんじん,玉ねぎ,さやいんげん,きゅうり,オクラ</small> 焼き芋きな粉かけ おかゆ	6 まぜご飯(軟) なめこ汁 赤瓜と人参の煮物(魚) バナナ <small>【赤】豚肉,鶏卵,豆腐,キングクリップ【黄】胚芽米,砂糖【緑】ひじき,にんじん,からし菜,あおさ,バナナ</small> あーさがゆ 焼きバナナ
8 軟飯(あわ・胚芽) みそ汁(キャベツ・ねぎ) 炒り豆腐 ぶどう さつまいもマッシュ <small>【赤】沖縄豆腐,鶏ひき肉,鶏卵,きな粉【黄】胚芽米,さつま芋【緑】キャベツ,にんじん,玉ねぎ,ぶどう</small> 軟飯(芋)きな粉	9 軟飯(納豆) すまし汁 ごぼう入り鶏つくね スティックキュウリ パインアップル(煮) <small>【赤】納豆,鶏ひき肉,鶏レバー,沖縄豆腐,調製粉乳【黄】胚芽米,オートミール【緑】ごぼう,にんじん,きゅうり,パイン</small> オートミールクッキー	10 軟飯 みそ汁(ジャガイモ) 魚のムニエル(青のり) 野菜炒め(もやしひじき) プチトマト <small>【赤】キングクリップ,豚肉【黄】胚芽米,じゃが芋,野菜入りソフトせんべい【緑】あおのり-素干し,にんじん,キャベツ,モヤシ,ひじき,トマト,バナナ,みかん,スイ</small>	11 <div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">山の日</h2>  </div>	12 軟飯(あわ) チキンカレー へちまサラダ <small>【赤】若鶏・ささ身-生,鶏レバー,脱脂粉乳,ツナ缶,しらす【黄】胚芽米,じゃが芋,バター,オリーブ油,砂糖【緑】玉ねぎ,にんじん,ピーマン,ヘチマ,コーン,レモン</small> おにぎり(しらす・離) 食パン	13 <div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">お招き会</h2>  </div>
15 軟飯(麦) みそ汁(水菜) 肉じゃが(ひき肉) ワカメと春雨のサラダ(トマト) <small>【赤】牛・ひき肉-生,グリーンピース,ツナ缶,若鶏・ささ身-生【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,三温糖,はるさめ【緑】きょうな・葉-生,玉ねぎ,にんじん,きゅうり,ワカメ,トマト,かぼちゃ-生</small> リゾット(かぼちゃ・豆乳)	16 軟飯 みそ汁(ジャガイモ・わかめ) 中華丼 スティックキュウリ <small>【赤】豚肉,脱脂粉乳【黄】胚芽米,じゃが芋,三温糖【緑】ワカメ,キャベツ,にんじん,ピーマン,きゅうり,干しぶどう</small> 黒糖カステラ おかゆ	17 軟飯(麦) 小松菜スープ マーボー豆腐 もーういの和え物(煮) <small>【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,ツナ缶【黄】胚芽米,おし麦,砂糖,ごま油,三温糖【緑】こまつな,にんじん,玉ねぎ,しょうが,みかん</small>	18 スパゲティミートソース 軟飯 オクラ入りすまし汁(ワカメ) キャベツのダシ煮 <small>【赤】豚ひき肉,豚レバー,チーズ,しらす【黄】スパゲティ麺,バター,胚芽米,三温糖【緑】にんじん,玉ねぎ,オクラ,ワカメ,キャベツ,にんじん,ひじき</small> じゃこひじきおにぎり おかゆ	19 軟飯 野菜カレー トマトサラダ(煮) 食育の日 <small>【赤】キングクリップ,脱脂粉乳【黄】胚芽米,じゃが芋【緑】にんじん,玉ねぎ,ピーマン,トマト,きゅうり,スイートコーン,未熟種子-生</small> とうもろこしご飯(軟飯)	20 軟飯 みそ汁(ようさい・麩) 高野豆腐と野菜のうま煮 かぼちゃサラダ <small>【赤】凍り豆腐,豚・もも-生,豚肉【黄】胚芽米,ふ,三温糖,じゃが芋【緑】ようさい,キャベツ,にんじん,玉ねぎ,かぼちゃ,きゅうり,こまつな</small> ポロポロジュシー(はんだま)
22 軟飯(麦) 豆腐汁 野菜の炒め オレンジ(ネーブル) <small>【赤】沖縄豆腐,鶏ささ身【黄】胚芽米,おし麦,さつま芋【緑】にんじん,キャベツ,モヤシ,ネーブル</small> 軟飯(芋)	23 ハンダマ入りご飯(軟) みそ汁(麩・小松菜) 鮭のマヨネーズ焼き 煮豆 すいか <small>【赤】べにざけ,大豆,しらす【黄】胚芽米,ふ,砂糖,ごま油,三温糖【緑】こまつな,玉ねぎ,にんじん,スイカ,コーン</small> おかゆ	24 軟飯(あわ・胚芽) みそ汁(ジャガイモ) ささみのだし煮 野菜の炒め煮 <small>【赤】鶏ささ身【黄】胚芽米,じゃが芋,食パン【緑】さやいんげん,玉ねぎ,にんじん,パイン</small> ヨーグルト トースト おかゆ	25 軟飯 すまし汁(大根・カワレ) 鶏と大豆のトマト煮 すいか ポテトマッシュ <small>【赤】若鶏・ささ身-生,大豆,チーズ,しらす,脱脂粉乳【黄】胚芽米,オリーブ油,じゃが芋【緑】大根,かいわれ大根,芽生え-生,トマト,パセリ,葉-生,スイカ</small> パンケーキ おかゆ	26 軟飯(麦) ハヤシライス スティックキュウリ <small>【赤】牛肉,鶏レバー,若鶏・ささ身-生,脱脂粉乳【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,食パン【緑】玉ねぎ,にんじん,ピーマン,きゅうり</small> トースト ささみがゆ	27 軟飯(あわ・胚芽) すまし汁(冬瓜・麩・かいわれ) 豚肉のしょうが焼 人参シリシリ(シラス) オレンジ(煮) <small>【赤】豚肉,しらす,脱脂粉乳,鶏卵,牛乳【黄】胚芽米,ふ,ごま油,バター,砂糖【緑】とうがん,かいわれ大根,玉ねぎ,しょうが,にんじん,オレンジ,もも・缶</small> ピーチマフィン おかゆ
29 軟飯(あわ・胚芽) ゆし豆腐 なすの挽き肉炒め スパゲティサラダ プチトマト <small>【赤】ゆし豆腐,豚ひき肉,鶏卵【黄】胚芽米,スパゲティ麺,バター,砂糖【緑】ナス,にんじん,玉ねぎ,干しぶどう,きゅうり,トマト,コカウリ,バナナ</small> 若夏ケーキ おかゆ	30 軟飯 すまし汁(ようさい) 鯖の味噌煮(玉ネギ) パパイヤイリチー オレンジ(煮) <small>【赤】さば-生,豚肉【黄】胚芽米,三温糖,さつま芋【緑】ようさい,しょうが・根茎-生,玉ねぎ,パイア,にんじん,オレンジ</small> ふかし芋 おかゆ	31 軟飯 ぶどう みそ汁(冬瓜) ひじきハンバーグ(レバー) 野菜炒め(小松菜) <small>【赤】豚ひき肉,鶏レバー,鶏卵,しらす【黄】胚芽米,ごま油【緑】とうがん,ひじき,にんじん,こまつな,ぶどう</small>	<div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">★食物アレルギーを引き起こす恐れのある食品について★</h2> <p style="margin: 0;">初めて与える食材は一日一さじずつ与え、乳児の様子を見ながら量を増やしていきましよう。</p> <p style="margin: 0;">アレルギーが疑われる場合は、専門医の診断の上、除去を行いましよう。</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center; gap: 20px; margin-top: 10px;">    </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・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