

# 予定献立表

2016年11月分

白鳥保育園

月	火	水	木	金	土
	<b>1</b> ご飯(胚芽) みそ汁(大根・ワカメ) 魚のオランダ揚げ 野菜炒め(もやし・ピーマン・青菜) バナナ  <small>【赤】ホキ・生チーズ・豚肉・ゲンキミルク・鶏卵・ツナ缶 【黄】胚芽米 【緑】大根・ワカメ・にんじん・パセリ・葉-生・チンゲンサイ・モヤシ・ピーマン・バナナ・ニラ</small>  EM酪農牛乳 ひらやちー	<b>2</b> ご飯(胚芽) ミネストローネ(大豆) チキン照り焼き ブロッコリーのマヨネーズ和え みかん  <small>【赤】ほうじ餅乳・豚肉・成鶏・もも-生・まぐろ・缶詰水煮フレーク・ゲンキミルク・クリーム 【黄】胚芽米・じゃが芋・三温糖・バター 【緑】にんじん・玉ねぎ・トマト・根深ねぎ・しょうが・にんにく・ブロッコリー-生・カリフラワー・みかん・干しぶどう</small>  パンダミルク(加工乳) レーズンクッキー	<b>3</b> <div style="text-align: center;">  <p>文化の日</p> </div>	<b>4</b> ご飯(胚芽) みそ汁(白菜油あげ) 納豆オムレツ カレー風味のサラダ オレンジ  <small>【赤】油揚げ・鶏卵・EM牛乳 【黄】ビスケット・胚芽米・やま芋・砂糖 【緑】はくさい-生・こまつな・モヤシ・きゅうり・オレンジ・にんじん</small>  EM酪農牛乳 人参のかかるかんカップケーキ	<b>5</b> 沖縄そば(肉入り) ごぼうサラダ みかん  <small>【赤】チーズ・豚肉・カマボコ・鶏卵・EM牛乳・しらす 【黄】沖縄そば・砂糖・三温糖・胚芽米・ごま-むき 【緑】ネギ・ごぼう-根-ゆで・きゅうり・コーン・温州みかん・にんじん・ひじき</small>  パンダミルク(加工乳) じゃこひじきふりかけおにぎり
	<b>7</b> 麦ご飯(胚が米) ポークカレー フルーツサラダ(みかん)  <small>【赤】豚肉・鶏レバー・ヨーグルト・EM牛乳 【黄】胚芽米・おし麦・バター・じゃが芋 【緑】玉ねぎ・にんじん・キャベツ・みかん・バナナ・干しぶどう</small>  EM酪農牛乳 紅芋ハン	<b>8</b> 麦ご飯(胚が米) すまし汁(冬瓜・カイワレ) 鮭のマヨネーズ焼き 野菜炒め(もやし・ひじき) プルーン  <small>【赤】ペにぎげ・豚肉・ゲンキミルク・チーズ 【黄】胚芽米・おし麦・強力粉・1等・バター 【緑】なし・冬瓜・かいわれ大根・しめじ・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・モヤシ・ひじき・プルーン・にんじん・ジュース・缶詰</small>  パンダミルク(加工乳) チーズスティック	<b>9</b> ご飯(胚芽) ちむしんじ 切り干し大根炒め みかん  <small>【赤】豚肉・豚レバー・豚肉・カマボコ・ゲンキミルク・豆腐・きな粉 【黄】胚芽米・じゃが芋・こんにやく・三温糖・砂糖 【緑】バナナ・ネギ・にんにく・大根・切り干し大根・しいたけ・温州みかん</small>  パンダミルク(加工乳) もちもちドーナツ	<b>10</b> ご飯(胚芽) タコライス(トマト) コーンスープ(セロリー・卵) だいこんスティック バナナ  <small>【赤】豆乳・牛・ひき肉-生・鶏卵・ゲンキミルク 【黄】胚芽米・さつまい芋 【緑】にんにく・玉ねぎ・にんにく・にんじん・レタス-生・トマト・コーン・セロリー-生・大根・バナナ</small>  パンダミルク(加工乳) ふかし芋	<b>11</b> 麦ご飯(胚が米) マーボー豆腐 塩昆布和え 梨  <small>【赤】チーズ・沖縄豆腐・豚ひき肉・豚レバー・EM牛乳 【黄】胚芽米・おし麦・砂糖・ごま油・米粉のケーキ 【緑】にんじん・しいたけ・玉ねぎ・にんにく・しょうが・ニラ・きゅうり・塩昆布・なし</small>  EM酪農牛乳 米粉のカップケーキ(コア)
<b>14</b> ご飯(胚芽) なめこ汁(ネギ) 肉じゃが キャベツサラダ ミニゼリー  <small>【赤】豆腐・牛・ひき肉・グリーンピース・EM牛乳・脱脂粉乳・鶏卵 【黄】胚芽米・じゃが芋・しらたき・三温糖・砂糖・バター 【緑】なめこ・ネギ・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・みかん・バナナ</small>  EM酪農牛乳 バナナケーキ	<b>15</b> あわご飯(胚芽米) みそ汁(冬瓜・わかめ) サンマの梅干し煮 野菜炒め(ブロッコリー) みかん  <small>【赤】さんま・鶏卵・豚ひき肉 【黄】胚芽米・三温糖 【緑】冬瓜・根・皮つきかぶ・葉・ワカメ・梅干し・にんじん・モヤシ・ブロッコリー・温州みかん・ネギ</small>  麦茶 納豆みそおにぎり	<b>16</b> ふりかけご飯(胚芽) 豚汁 からし菜チャンプルー 梨  <small>【赤】豚肉・油揚げ・沖縄豆腐・ツナ缶・EM牛乳・豚ひき肉 【黄】胚芽米・さといも-生・スパゲティ麺 【緑】バナナ・大根・ごぼう・根深ねぎ・からし・なし・にんじん・なし・日本なし-生・玉ねぎ・トマト・缶・ホール</small>  パンダミルク(加工乳) ペンネミート	<b>17</b> ご飯(胚芽) コーンスープ(小松菜)鶏と大豆のトマト煮 粉ふきいも(青のり) みかん  <small>【赤】豆乳・鶏卵・成鶏・もも-生・大豆・チーズ・ゲンキミルク 【黄】胚芽米・オリーブ油・じゃが芋・ケーキ 【緑】コーン・こまつな・にんにく・トマト・しめじ・マッシュルーム缶・パセリ・葉・おのり-素干し・温州みかん</small>  EM酪農牛乳 誕生会ケーキ	<b>18</b> ロールパン(デイクロール) きのこシチュー キャベツサラダ(きゅうり)  <small>【赤】鶏肉・鶏レバー・牛乳・みどり調整豆乳 【黄】ロールパン・じゃが芋・バター・三温糖・オリーブ油 【緑】バナナ・にんじん・玉ねぎ・ブロッコリー・セロリー・まいたけ・エリンギ・キャベツ・きゅうり・ワカメ・かき</small>  みどり調整豆乳 黒棒 柿	<b>19</b> ご飯(胚芽) みそ汁(冬瓜・小松菜) クーブイリチー 茹で卵 オレンジ  <small>【赤】チーズ・豚肉・鶏卵・豚肉 【黄】胚芽米・こんにやく・三温糖・さつまい芋 【緑】とうがん・こまつな・昆布・しいたけ・にんじん・オレンジ・からし・なし</small>  Ca飲料(リンゴ) ポロポロジュシー
<b>21</b> ご飯(胚芽) みそ汁(小松菜・麩) チキンのケチャップ煮 ひじき炒め みかん  <small>【赤】成鶏・羊羽-生・ツナ缶・EM牛乳・きな粉 【黄】ビスケット・胚芽米・ふ・くずでん粉・黒砂糖 【緑】こまつな・玉ねぎ・ひじき・にんじん・ネギ・温州みかん</small>  EM酪農牛乳 黒糖くずもち	<b>22</b> 麦ご飯(胚が米) すまし汁(しめじ・えのき・水菜) ごぼうと牛肉のみそ煮 マカロニサラダ(ツナ) パイン缶  <small>【赤】輸入牛・もも・赤肉・まぐろ・缶詰水煮・EM牛乳 【黄】胚芽米・おし麦・こんにやく・三温糖・スパゲティ麺・さつまい芋・黒砂糖 【緑】バナナ・しめじ・えのき・きょうな・葉-生・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>  パンダミルク(加工乳) 大学芋	<b>23</b> <div style="text-align: center;">  <p>勤労感謝の日</p> </div>	<b>24</b> 麦ご飯(胚が米) みそ汁(じゃがいもからし菜) 炒りどり 大根と柿の甘酢合え  <small>【赤】鶏肉・チーズ・かたくちいわし・煮干し 【黄】胚芽米・おし麦・じゃが芋・さといも-冷凍・砂糖・ごま 【緑】なし・からし・なし・にんじん・ごぼう・たけのこ・水煮缶・しいたけ・さやいんげん・大根・かき</small>  麦茶 おかおにぎり 煮干し佃煮	<b>25</b> <div style="text-align: center;">  <p>お弁当の日</p> </div> EM酪農牛乳 ジャムパン(食パン)	<b>26</b> 麦ご飯(胚が米) 根菜カレー ゆかり和え ミニゼリー(プルーン)  <small>【赤】鶏肉・鶏レバー・ゲンキミルク 【黄】胚芽米・おし麦・さつまい芋・オリーブ油・バター 【緑】バナナ・玉ねぎ・にんじん・れんこん-ゆで・しょうが・根茎・にんにく・きゅうり</small>  みどり調整豆乳 さつまいも蒸しカップ
<b>28</b> ご飯(胚芽) もずくスープ 松風焼き しらすのサラダ みかん  <small>【赤】沖縄豆腐・鶏ひき肉・鶏レバー・しらす・ゲンキミルク・クリーム・脱脂粉乳 【黄】胚芽米・三温糖・ごま・焼きふ・観世ふ・砂糖 【緑】沖縄もずく・ネギ・玉ねぎ・こまつな・コーン・温州みかん</small>  EM酪農牛乳 ふむふむ	<b>29</b> スパゲティミートソース(豚) すまし汁(ハンペン・玉ネギ・カイワレ) 小松菜とコーンの和え物 柿  <small>【赤】ほうじ餅乳・豚ひき肉・豚レバー・チーズ・はんぺん・しらす・油揚げ 【黄】スパゲティ麺・バター・砂糖・胚芽米・三温糖・ごま 【緑】にんじん・玉ねぎ・しいたけ・かいわれ大根・こまつな・コーン・かき</small>  ジョア(ブレン) いなり寿司	<b>30</b> ご飯(胚芽) すまし汁(しめじ・えのき・水菜) 煮込みハンバーグ(トマト) 茹で野菜 チーズでカルシウム  <small>【赤】牛乳・牛・ひき肉-生・豚レバー・チーズ・豆腐 【黄】胚芽米・三温糖・じゃが芋・おし麦・黒砂糖・白玉粉 【緑】しめじ・えのき・きょうな・葉-生・玉ねぎ・トマト・缶・ホール・ブロッコリー・なし</small>  ぜんざい 梨	<p>～11月24日 和食の日～ 11(11) 2(にほん) 4(しよく)の語呂合わせから。 五穀豊穰実りのシーズンを迎えるこの時期に、日本の食文化を見直して、「和食」保護・継承の大</p> <div style="text-align: right;">  <p>和食</p> </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