

予 定 献 立 表

2020年8月分

月	火	水	木	金	土
<p>31 納豆ごはん イナムドチ 野菜チャンプルー パイン缶</p> <p><small>【赤】納豆、豚肉、カボチャ、沖縄豆腐、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、白玉粉、三温糖、バター、ココナッツパウダー 【緑】大根、しいたけ、ひじきにんじん、さやいんげん、キャベツ、パインアップル、缶、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ココナツもちケーキ</p>					<p>1 チキンピラフ すまし汁(青菜、えのき) ポテトサラダ ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏・もも、EM牛乳、豆腐、きな粉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、白玉粉、三温糖 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、こまつな、えのき、にんじん、きゅうり、コーン、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 豆腐もち</p>
<p>3 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、さつまい芋) チキンのケチャップ煮 ひじき炒め ブチトマト</p> <p><small>【赤】鶏・手羽、大豆、油揚げ、煮干し 【黄】精白米、おし麦、さつまい芋、ごま 【緑】キャベツ、たまねぎ、ひじきにんじん、さやいんげん、トマト、梅干し、しそ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 梅しそおにぎり 煮干し</p>	<p>4 あわご飯 すまし汁(冬瓜、えのき) 鮭の塩焼き 野菜炒め(もやし、ピーマン、キャベツ) パインアップル</p> <p><small>【赤】しろさけ、豚肉、EM牛乳、鶏卵、牛乳、チーズ 【黄】精白米、砂糖 【緑】とうがん、えのき、ネギ、にんじん、キャベツ、りよくとうもやし、ピーマン、パイン、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>5 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) 炒りどり おくらのおかか和え ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏肉、EM牛乳、豚肉 【黄】精白米、おし麦、ふ、さといも、ビーフン、ごま油、三温糖 【緑】チンゲンサイ、にんじん、ごぼう、たけのこ、しいたけ、さやいんげん、オクラ、ぶどう、たまねぎ、こら</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 焼きビーフン</p>	<p>6 麦ご飯 みそ汁(ヘチマ、豆腐) 鯖の竜田揚げ キャベツの塩昆布和え 桃</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、さば、みどり調整豆乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、三温糖 【緑】ヘチマ、キャベツ、きゅうり、塩昆布、モモ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 人参ケーキ</p>	<p>7 ロールパン かぼちゃと豆のシチュー 小松菜とコーンの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】鶏・むね、大豆、牛乳、クリーム、しらす 【黄】ロールパン、バター、砂糖、精白米、おし麦、ごま、三温糖 【緑】かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、こまつな、コーン、バナナ、にんじん、ひじき、麦茶、じゃこひじきおにぎり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 じゃこひじきおにぎり</p>	<p>8 麦ご飯 みそ汁(なす) チンジャオロース 茹で卵 オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏卵、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、砂糖、ごま油、スパゲティ麺、黒砂糖 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、しょうが、たまねぎ、たけのこ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、オレシジ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 マカロニきな粉</p>
<p>10 山の日</p>	<p>11 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、しめじ) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(フロコリー) ブルー</p> <p><small>【赤】鶏・もも、豚ひき肉、しろさけ 【黄】精白米、おし麦、はちみつ、ミルミル 【緑】チンゲンサイ、しめじ、にんにく、にんじん、たまねぎ、フロコリー、ブルー、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ミルミル 鮭おにぎり</p>	<p>12 あわご飯 みそ汁(カラシナ、ジャガイモ) 魚てんぷら パパイヤイリチー すいか</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚肉、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、じゃが芋、強力粉、黒砂糖 【緑】からしな、パパイヤ、にんじん、ニラ、スィ、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>13 スパゲティミートソース アーサ汁 いんげんソテー バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、豆腐、豚肉 【黄】スパゲティ麺、バター、精白米、おし麦、ごま 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、おおさき、さやいんげん、コーン、バナナ、塩昆布、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり チーズで鉄</p>	<p>14 ビビンバ風ごはん みそ汁(かぼちゃ) 茹でコーン ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、ごま油、三温糖、ごま 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ、しいたけ、にんじん、りよくとうもやし、ほうれんそう、かぼちゃ、ネギ、スイートコーン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう オレンジ</p>	<p>15 麦ご飯(ふりかけ) みそ汁(大根、ワカメ) 高野豆腐と野菜のうま煮 さつまいものゴマ和え パイン缶</p> <p><small>【赤】凍り豆腐、豚・もも、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、さつまい芋、ごま、食パン、バター 【緑】大根、ワカメ、ネギ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 フレンチトースト</p>
<p>17 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、油あげ) 炒り豆腐 もーういの和え物 チーズで鉄</p> <p><small>【赤】油揚げ、沖縄豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、三温糖、砂糖、やま芋 【緑】キャベツ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、モウイ、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 人参かるかん</p>	<p>18 あわご飯 すまし汁(小松菜、シメジ) 鮭のごま味噌焼き オクラ入り麩炒め オレンジ</p> <p><small>【赤】しろさけ、豚肉、シメジ、鶏肉、グリーンピース 【黄】精白米、ごま、砂糖、ごま油、ふ、バター 【緑】こまつな、しめじ、オクラ、にんじん、オレシジ、たまねぎ、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">シメジ(マスカット) ジャワライス(おにぎり)</p>	<p>19 納豆みそごはん ゆし豆腐 育 切り干し大根炒め の いんげんのおかか和え 日 パインアップル</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、ゆし豆腐、豚肉、カボチャ、EM牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、三温糖、こんにやく、砂糖 【緑】ネギ、大根、切り干し大根、にんじん、しいたけ、さやいんげん、パイン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 三月菓子</p>	<p>20 麦ご飯 三色そぼろ(鶏ひき肉) みそ汁(冬瓜、ワカメ) きゅうりともやしの和え物 ぶどう</p> <p style="text-align: center;">誕生会</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、鶏卵、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、ごま、砂糖 【緑】ほうれんそう、とうがん、ワカメ、ネギ、きゅうり、りよくとうもやし、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>21 麦ご飯 ポークカレー へちまサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏レバー、まぐろ、缶詰、アイスクリーム 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、オリブ油、砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、ヘチマ、コーン、トマト、レモン、バナナ、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">アイスクリーム 枝豆</p>	<p>22 沖縄そば 小松菜としめじのゴマ和え りんご</p> <p><small>【赤】豚肉、カボチャ、EM牛乳、ツ缶 【黄】沖縄そば、砂糖、ごま、精白米、おし麦 【緑】なごん布、にんじん、ネギ、こまつな、しめじ、りんご、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p>
<p>24 麦ご飯(ふりかけ) みそ汁(チンゲン菜、鶏肉) ゴーヤーチャンプルー もずく酢(みかん) チーズで鉄</p> <p><small>【赤】鶏・もも、沖縄豆腐、豚肉、ツ缶、煮干し 【黄】精白米、おし麦、砂糖、三温糖 【緑】チンゲンサイ、しめじ、たまねぎ、にんじん、ニカウリ、沖縄もずく、きゅうり、みかん、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり 煮干し</p>	<p>25 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、小松菜) 魚フライタルタルソース きゅうりとえ(オクラ) プチトマト</p> <p><small>【赤】キングクリップ、鶏卵、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、くずでん粉、黒砂糖 【緑】かぼちゃ、こまつな、ピクルス、たまねぎ、きゅうり、オクラ、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>26 麦ご飯 すまし汁(シメジ、みつば) マーボーへちま なます メロン</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、ごま油、三温糖、はちみつ、さつまい芋 【緑】しめじ、えのき、みつば、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ヘチマ、ニラ、大根、メロン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 さつまいも蒸しカッパ</p>	<p>27 あわご飯 そうめん汁 魚の味噌照り焼き 野菜炒め(キャベツ) すいか</p> <p><small>【赤】あこうだい、豚肉、みどり調整豆乳、しらす、油揚げ 【黄】精白米、そうめん、三温糖、ごま、砂糖 【緑】しいたけ、ネギ、キャベツ、にんじん、りよくとうもやし、ピーマン、すいか</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 いなり寿司</p>	<p>28 麦ご飯 ハヤシライス フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏レバー、ヨーグルト、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、みかん、バナナ、干しぶどう、ブルーベリー、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ジャムパン</p>	<p>29 麦ご飯 みそ汁(豆腐) 八宝菜 大豆の甘辛揚げ オレンジ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚肉、大豆、しらす、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、はちみつ、バター 【緑】きょうな、はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ、ピーマン、オレシジ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 米粉ケーキ(コア)</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

予 定 献 立 表

白鳥保育園

2020年8月分

9～11か月

月	火	水	木	金	土
<p>31 全がゆ(5倍)～軟飯(納豆) みそ汁 野菜チャンプルー</p> <p><small>【赤】納豆、沖繩豆腐、豚ひき肉、ヨーグルト 【黄】全かゆ、食パン、バター 【緑】大根、ひじき、にんじん、さやいんげん、キャベツ、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃヨーグルト トースト</p>	<p>≪乳児は細菌に対する抵抗力が弱いので、食品の取り扱いや調理の際には注意が必要です！≫</p> <p style="text-align: center;">➤</p> <p>①菌をつけない(調理の前、生ものに触れたとき、調理中に他の物に触れた時などこまめに手を洗いましょう)</p>				<p>1 チキンピラフ(軟) すまし汁(青菜) ポテトサラダ</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、豆腐 【黄】精白米、じゃが芋、そうめん 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、こまつな、にんじん、きゅうり、コーン、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(絹ごし) ぶどう(煮)</p>
<p>3 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ) ササミとさつま芋のだし煮 プチトマト</p> <p><small>【赤】鶏ささ身、しらす 【黄】全かゆ、さつま芋、精白米 【緑】キャベツ、にんじん、たまねぎ、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(しらす)</p>	<p>4 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(冬瓜) 煮魚 野菜炒め煮(もやし、ピーマン)</p> <p><small>【赤】しらさげ、チーズ 【黄】全かゆ、精白米 【緑】とうがんと、ネギ、にんじん、キャベツ、りょうとうもやし、ピーマン、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(チンゲン菜・チーズ)</p>	<p>5 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) 鶏そぼろ煮</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉 【黄】全かゆ、ふ、さといも、そうめん 【緑】チンゲンサイ、にんじん、さやいんげん、オクラ、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(オクラ) ぶどう(煮)</p>	<p>6 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(ヘチマ、豆腐) 白身魚ほぐし キャベツのおひたし</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、白身魚 【黄】全かゆ、砂糖、バター 【緑】ヘチマ、キャベツ、きゅうり、にんじん、モモ</small></p> <p style="text-align: center;">人参のホットケーキ 桃(煮)</p>	<p>7 ロールパン(ティナロール) かぼちゃと豆のシチュー 小松菜とコーンの和え物</p> <p><small>【赤】鶏・むね、大豆、牛乳、しらす 【黄】ロールパン、バター、砂糖、精白米、三温糖 【緑】かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、こまつな、コーン、にんじん、ひじき、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">じゃこひじきおにぎり パナナ(煮)</p>	<p>8</p> <p style="font-size: 1.2em; font-weight: bold;">園内研修 お弁当</p> <p style="font-size: 1.2em; font-weight: bold;">午前保育</p> <p style="text-align: center;">三色がゆ(卵) オレンジ(煮)</p>
<p>10</p> <p style="font-size: 1.2em; font-weight: bold;">振替休日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> </div>	<p>11 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜) そぼろ煮</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、しらさげ 【黄】全かゆ 【緑】チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー</small></p> <p style="text-align: center;">鮭ぞうすい</p>	<p>12 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(カラシナジャガイモ) 魚のムニエル 人参シリシリ(かつお節) すいか(煮)</p> <p><small>【赤】キングクリップ、鶏ひき肉 【黄】全かゆ、じゃが芋、バター、ごま油、精白米 【緑】からしな、にんじん、ニラ、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(鶏ミンチ)</p>	<p>13</p> <p style="font-size: 1.2em; font-weight: bold;">お弁当会</p> <p style="text-align: center;">リゾット(コーン、チーズ)</p>	<p>14 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯(魚) みそ汁(かぼちゃ) オレンジ(煮)</p> <p><small>【赤】キングクリップ、ヨーグルト 【黄】全かゆ、食パン、バター 【緑】にんじん、ほうれんそう、かぼちゃ、ネギ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃヨーグルト トースト</p>	<p>15 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(大根、ワカメ) 高野豆腐と野菜のうま煮 さつま芋のゴマ和え</p> <p><small>【赤】凍り豆腐、豚・もも、鶏卵、牛乳、キングクリップ 【黄】全かゆ、三温糖、さつま芋、ごま、食パン、バター 【緑】大根、ワカメ、ネギ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;">フレンチトースト 野菜スープ</p>
<p>17 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ) 炒り豆腐 もーういの和え物</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、調製粉乳 【黄】全かゆ、三温糖、砂糖、オートミール 【緑】キャベツ、にんじん、たまねぎ、モウイ、みかん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">オートミールとバナナのお焼き</p>	<p>18 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(小松菜) 煮魚 オクラ入り麩炒め煮</p> <p><small>【赤】しらさげ、鶏肉、グリーンピース 【黄】全かゆ、ふ、精白米、バター 【緑】こまつな、オクラ、にんじん、たまねぎ、コーン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">ジャワライス(軟) オレンジ(煮)</p>	<p>19 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ゆし豆腐(ねぎ) 煮魚 のいんげんのおひたし 日</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、豚ひき肉 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】ネギ、大根、切り干し大根、にんじん、さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(納豆)</p>	<p>20 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 三色丼(鶏ひき肉) 切り干し大根煮 きゅうりともやしのおひたし ぶどう(煮)</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、鶏卵、ヨーグルト、きな粉 【黄】全かゆ、三温糖、さつま芋 【緑】ほうれんそう、とうがんと、ワカメ、ネギ、きゅうり、りょうとうもやし、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">さつま芋のヨーグルト添え</p>	<p>21 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ささみと根菜のミルク煮 バナナ(煮)</p> <p><small>【赤】ささみ、鶏レバー、調製粉乳、しらす 【黄】全かゆ、じゃが芋、バター 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、バナナ、えだまめ、ヘチマ、トマト、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">じゃがいもの落とし焼き 野菜スープ</p>	<p>22 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ハヤシライス フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏レバー、ヨーグルト 【黄】全かゆ、じゃが芋、バター、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、みかん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">トースト 野菜スープ</p>
<p>24 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(チンゲン菜) 豆腐の野菜そぼろあんかけ スティックキュウリ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、チーズ 【黄】全かゆ、精白米 【緑】チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、ニガウリ、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">リゾット(チンゲン菜・チーズ)</p>	<p>25 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(小松菜) 魚のバター煮 きゅうり和え(オクラ) プチトマト</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ、バター 【緑】こまつな、たまねぎ、きゅうり、オクラ、トマト、かぼちゃ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃの落とし焼き パナナ(煮)</p>	<p>26 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 かちゅーゆー マーボー豆腐(ヘチマ) 野菜スティック プチトマト</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚ひき肉、豚レバー、鶏卵 【黄】全かゆ、砂糖、ごま油、さつま芋 【緑】にんじん、たまねぎ、しょうが、ヘチマ、大根、メロン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ふかし芋 野菜スープ</p>	<p>27 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 そうめん汁 魚の味噌照り煮 野菜炒め煮(キャベツ) すいか(煮)</p> <p><small>【赤】あごだいのしらす 【黄】全かゆ、そうめん、三温糖、精白米 【緑】キャベツ、にんじん、りょうとうもやし、ピーマン、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">おにぎり(しらす・離)</p>	<p>28 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 ハヤシライス フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏レバー、ヨーグルト 【黄】全かゆ、じゃが芋、バター、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、みかん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">トースト 野菜スープ</p>	<p>29 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(豆腐) 八宝菜</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚肉 【黄】全かゆ、三温糖、砂糖、バター 【緑】はくさい、にんじん、たまねぎ、ピーマン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">人参のホットケーキ オレンジ(煮)</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・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・黒糖は乳児ポ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≫