

予 定 献 立 表

2021年5月分

白鳥保育園

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|--|---|--|
| <p>31 あわご飯 さつま汁 豚肉のしょうが焼き スティックキュウリ パイナップル</p> <p><small>【赤】鶏・もも、豚肉、明治牛乳、鶏卵 【黄】精白米、あわ精白粒、さつま芋、こんにやく、油、バター、砂糖、薄力粉 【緑】大根、にんじん、根深ねぎ、たまねぎ、ピーマン、しょうが、きゅうり、パインアップル、缶、にがうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 若夏ケーキ</p> | <p>《5月5日は端午の節句》</p> <p>端午の節句は子どもの健やかな成長と、厄除けを願う行事で、柏餅やちまきを食べる風習があります。柏の葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから子孫繁栄の願いが込められています。ちまきは笹の葉などで餅などを三角形に巻いたものです。二千年以上前に中国で生まれ、日本に伝わってきました。危険から身を守るという意味があります。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> </div> | | | | <p>1 中華丼 ゆし豆腐 小松菜の和え物(おかか) オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉、ゆし豆腐、明治牛乳、豆腐 【黄】精白米、おし麦、油、三温糖、全粒粉、薄力粉 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、ピーマン、ネギ、こまつな、りよくとうもろこし、オレンジ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 スコーン</p> |
| <p>3 憲法記念日</p> | <p>4 みどりの日</p> | <p>5 こどもの日</p> | <p>6 ふりかけご飯 すまし汁(大根、ワカメ) チキンのケチャップ煮 ブロッコリーソテー オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏・手羽、豚肉、明治牛乳、牛乳 【黄】精白米、油、ゴマ、ホットケーキ粉 【緑】大根、ワカメ、かいわれ大根、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 ゴマポッキー</p> | <p>7 もずく丼 みそ汁(チンゲン菜、豆腐) きゅうりともやしの和え物 ソファール元氣ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、しらす、沖縄豆腐、ソファール、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、さつま芋 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、チンゲンサイ、きゅうり、りよくとうもろこし、</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 蒸し芋</p> | <p>8 園内研修 お弁当</p> <p style="text-align: center;">午前保育 御協力お願い</p> |
| <p>10 あわご飯 みそ汁(なす) 生揚げのそぼろ煮(春雨) キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、生揚げ、明治牛乳、チーズ、牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、はるさめ、砂糖、薄力粉 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、にんじん、さやいんげん、キャベツ、みかん、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 コーンのお焼き</p> | <p>11 ゆかりご飯 すまし汁(絹ごし、青菜) 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】豆腐、しるさげ、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、三温糖、じゃが芋、強力粉、黒砂糖 【緑】こまつな、たまねぎ、キャベツ、しめじ、かぼちゃ、きゅうり、オレンジ、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>12 スパゲティナポリタン みそ汁(チンゲン菜、えのき) 粉ふきいも(青のり) バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、チーズ、チーズ、煮干し 【黄】スパゲティ、麺、オリーブ油、じゃが芋、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ、トマト、ピーマン、チンゲンサイ、えのき、あおのり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり いりこ</p> | <p>13 麦ご飯 みそ汁(白菜、しいたけ) 魚フライタルタルソース 野菜炒め(キャベツ、アスパラ) オレンジ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豆腐、鶏卵、豚肉、明治牛乳、豆腐、ツナ缶 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、パン粉 【緑】はくさい、生、しいたけ、ピクルス、たまねぎ、にんじん、キャベツ、アスパラガス、りよくとうもろこし、オレンジ、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 ひらやちー</p> | <p>14 ロールパン チキンチャウダー 小魚 サラダ プルーン</p> <p><small>【赤】鶏・もも、豚肉、牛乳、クリーム、しらす、油揚げ、煮干し 【黄】ロールパン、じゃが芋、オリーブ油、バター、ごま油、精白米、三温糖、ごま、薄力粉 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、グリーンピース、キャベツ、ひじき、コーン、アールン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 きつねおにぎり いりこ</p> | <p>15 親子どんぶり みそ汁(白菜、長ネギ、油揚げ) 大根の甘酢和え オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏肉、鶏卵、油揚げ、明治牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、砂糖、さつま芋、三温糖、アーモンド 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、はくさい、大根、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 さつまいもクッキー</p> |
| <p>17 あわご飯 豚肉とレタスのスープ マーボー豆腐 土佐和え パイナップル</p> <p><small>【赤】豚かた肉、沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、明治牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、砂糖、ごま油、もち米、三温糖、ごま 【緑】レタス、ワカメ、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、りよくとうもろこし、パインアップル、缶、明治牛乳 人参カステラ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 豆腐のくずもち</p> | <p>18 麦ご飯(煮干し粉) みそ汁(かぼちゃ、しめじ) 鯖の梅焼き 小松菜とコーンのゴマ和え オレンジ</p> <p><small>【赤】煮干し粉、さば、EM牛乳、豆腐、きな粉 【黄】精白米、おし麦、三温糖、ごま、砂糖、くずでん粉 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、梅干し、しそ、こまつな、コーン、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭と青菜のおにぎり チーズ(鉄分入り)</p> | <p>19 クファージュシー なめこ汁 魚てんぷら(マグロ) のなます 日 バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、豆腐、きはだまぐろ、豆腐、しるさげ、チーズ 【黄】精白米、油、砂糖、薄力粉 【緑】にんじん、昆布、ネギ、なめこ、大根、バナナ、こまつな、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭と青菜のおにぎり チーズ(鉄分入り)</p> | <p>20 あわご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ、油揚げ) 魚のポテトクリーム焼き アスパラソテー オレンジ</p> <p><small>【赤】油揚げ、べにざけ、豚肉、ジャア、さば、缶詰 【黄】精白米、あわ精白粒、米粉、油、じゃが芋、そうめん 【緑】キャベツ、しめじ、コーン、たまねぎ、パセリ、アスパラガス、にんじん、オレンジ、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(マスクット) ソーメンタチャー</p> | <p>21 カレーライス(チキン) 茹でコーン フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】鶏肉、鶏レバー、ヨーグルト、みどり調整豆腐、ほりほり小魚 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、かりんとう 【緑】グリーンピース、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、スイートコーン、みかん、バナナ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆腐 かりんとう 味付小魚</p> | <p>22 あわご飯 じゃこひじきふりかけ みそ汁(えのき、冬瓜) からし菜チャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】しらす、沖縄豆腐、豚肉、明治牛乳、チキンスライス、クリーム、牛乳、チーズ 【黄】精白米、あわ精白粒、ごま油、三温糖、砂糖、薄力粉 【緑】ひじき、えのき、とうがら、ネギ、からし、な、にんじん、オレンジ、ほうれんそう、明治牛乳 チーズ蒸しパン</small></p> |
| <p>24 納豆ごはん ちむしんじ パイパイイリチー バナナ</p> <p><small>【赤】納豆、豚肉、豚レバー、まぐろ、缶詰、明治牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、さつま芋、砂糖、バター 【緑】にんじん、ネギ、にんにく、パイナップル、バナナ、オレンジ、ストロベリー</small></p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 さつま芋のオレンジ煮</p> | <p>25 ふりかけご飯 みそ汁(青菜、厚揚げ) きびなご唐揚げ 白菜サラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】生揚げ、EM牛乳、ウインナー、きびなご 【黄】精白米、おし麦、砂糖、油、ロールパン、薄力粉 【緑】こまつな、はくさい、りんご、きゅうり、にんじん、オレンジ、キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ロールパン(ウインナー)</p> | <p>26 麦ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) ハンバーグ れんこんのゴママヨサラダ パイナップル</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、豚ひき肉、沖縄豆腐、しらす、油揚げ、煮干し 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、ごま、三温糖、砂糖 【緑】しめじ、えのき、きょうな、たまねぎ、れんこん、にんじん、さやいんげん、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 いりこ</p> | <p>27 お弁当会</p> <p>誕生会</p> <p style="text-align: center;">明治牛乳 誕生会ケーキ</p> | <p>28 沖縄そば 磯部和え オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉、かまぼこ、EM牛乳、ツナ缶 【黄】沖縄そば、砂糖、精白米 【緑】なが昆布、にんじん、ネギ、こまつな、りよくとうもろこし、焼きのり、オレンジ、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>29 キッズピビンバ みそ汁(冬瓜、ワカメ) かぼちゃ含め煮 シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、ごま油、三温糖、ごま、シークワサーゼリー、はちや棒 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ、しいたけ、にんじん、りよくとうもろこし、ほうれんそう、とうがら、ワカメ、ネギ、かぼちゃ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 はちや棒 バナナ</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

2021年5月分

離乳食

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|--|---|--|---|
| <p>31 軟飯 かちゅーゆ 魚のだし煮 野菜だし煮 バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ 【黄】軟飯、さつま芋 【緑】大根、にんじん、たまねぎ、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい</p> | <p>《5月5日は端午の節句》</p> <p>端午の節句は子どもの健やかな成長と、厄除けを願う行事で、柏餅やちまきを食べる風習があります。柏の葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから子孫繁栄の願いが込められています。ちまきは笹の葉などで餅などを三角形に巻いたものです。二千年以上前に中国で生まれ、日本に伝わってきました。危険から身を守るという意味があります。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> </div> | | | | <p>1 軟飯 鶏肉と豆腐だし煮 小松菜のだし煮 かちゅーゆ バナナ</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏 【黄】軟飯、精白米 【緑】はくさい、にんじん、ピーマン、こまつな、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい(さき身)</p> |
| <p>3 憲法記念日</p> | <p>4 みどりの日</p> | <p>5 こどもの日</p> | <p>6 軟飯 大根、ワカメだし煮 ササミと野菜のだし煮 かちゅーゆ バナナ</p> <p><small>【赤】鶏ささ身 【黄】軟飯、そうめん 【緑】大根、ワカメ、プロッコリー、にんじん、たまねぎ、コーン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">野菜ぞうすい</p> | <p>7 軟飯 かちゅーゆ 白身魚と野菜のだし煮 豆腐だし煮 バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、沖繩豆腐、きな粉 【黄】軟飯、砂糖、さつま芋 【緑】沖繩もずく、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、コーン、チンゲンサイ、きゅうり、りょくとうもろやし、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">さつま芋ぞうすい</p> | <p>8 園内研修 お弁当</p> <p style="text-align: center;">午前保育協力願い</p> |
| <p>10 軟飯 かちゅーゆ 豆腐のそぼろ煮 キャベツだし煮 バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豆腐 【黄】軟飯、精白米 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、にんじん、さやいんげん、キャベツ、みかん、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p> | <p>11 軟飯 かちゅーゆ 鮭と野菜の煮物 かぼちゃマッシュ オレンジ</p> <p><small>【赤】豆腐、しらす、け 【黄】軟飯、じゃが芋 【緑】こまつな、たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ、きゅうり、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">根菜じゅうしー</p> | <p>12 スパゲティナポリタン(軟) かちゅーゆ 粉ふきいも バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉 【黄】スパゲティ、麺じゃが芋、全かゆ 【緑】にんじん、たまねぎ、トマト、ピーマン、チンゲンサイ、えのき、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや</p> | <p>13 軟飯 かちゅーゆ 白身魚のだし煮 野菜炒め煮(キャベツ) オレンジ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚肉、鶏ひき肉 【黄】軟飯、精白米 【緑】はくさい、しいたけ、にんじん、キャベツ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">おじや(鶏ミンチ)</p> | <p>14 軟飯 チキンチャウダー バナナ</p> <p><small>【赤】鶏、もも、豆乳 【黄】軟飯、じゃが芋、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、グリーンピース、キャベツ、ひじき、コーン、ワカメ</small></p> <p style="text-align: center;">アーサじゅうしー</p> | <p>15 どんぶり かちゅーゆ 大根のだし煮 オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏肉、キングクリップ 【黄】全かゆ、さつま芋 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根菜ねぎ、はくさい、大根、なつめかん</small></p> <p style="text-align: center;">野菜ぞうすい</p> |
| <p>17 軟飯 かちゅーゆ マーボー豆腐 きゅうり煮 バナナ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、鳥ひき肉、 【黄】全かゆ、精白米 【緑】レタス、ワカメ、にんじん、たまねぎ、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい</p> | <p>18 軟飯 かちゅーゆ マーボー豆腐 きゅうり煮 バナナ</p> <p><small>【赤】白身魚 【黄】軟飯 【緑】かぼちゃ、ネギ、こまつな、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃぞうすい</p> | <p>19 軟飯 かちゅーゆ 食育 魚のだし煮 野菜煮 バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、しらす、け 【黄】軟飯、精白米 【緑】こまつな、大根、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">青菜がゆ(鮭)</p> | <p>20 軟飯 かちゅーゆ 魚のポテトクリーム焼き 野菜(煮) オレンジ</p> <p><small>【赤】べにざけ 【黄】軟飯、じゃが芋 【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい</p> | <p>21 軟飯 鶏ひき肉と野菜のだし煮 フルーツ</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、豆腐 【黄】軟飯、じゃが芋 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、バナナ、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">ぞうすい</p> | <p>22 軟飯 白身魚だし煮 かちゅーゆ 豆腐と野菜の煮物 オレンジ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、白身魚 【黄】軟飯、精白米 【緑】とうがんにんじん、ほうれんそう、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">ほうれん草おじや</p> |
| <p>24 軟飯 かちゅーゆ 人参ソシリ 白身魚だし煮 バナナ</p> <p><small>【赤】白身魚、豆腐、 【黄】軟飯、じゃが芋、さつま芋 【緑】たまねぎ、ネギ、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">さつま芋のぞうすい</p> | <p>25 軟飯 かちゅーゆ 人参ソシリ 白身魚だし煮 白菜のだし煮 オレンジ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、 【黄】軟飯、食パン、 【緑】こまつな、はくさい、きゅうり、にんじん、キャベツ、</small></p> <p style="text-align: center;">食パン 野菜ぞうすい</p> | <p>26 軟飯 かちゅーゆ 鳥ひき肉だし煮 小松菜のだし煮</p> <p><small>【赤】鳥ひき肉、沖繩豆腐、 【黄】全かゆ、じゃが芋、精白米 【緑】たまねぎ、こまつな、にんじん、</small></p> <p style="text-align: center;">アーサぞうすい</p> | <p>27 お弁当会 誕生会</p> <p style="text-align: center;">野菜じゅうしー</p> | <p>28 軟飯 小松菜のだし煮 白身魚だし煮 かちゅーゆ バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、 【黄】軟飯、精白米 【緑】にんじん、こまつな、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">鮭ぞうすい</p> | <p>29 軟飯 冬瓜そぼろ煮 かちゅーゆ バナナ</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、 【黄】軟飯 【緑】にんじん、ほうれんそう、とうがんにんじん、バナナ、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">かぼちゃのぞうすい</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・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・黒糖は乳児ボ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》