

予 定 献 立 表

2023年5月分

月	火	水	木	金	土
1 ふりかけご飯 みそ汁(山東菜,えのき) 高野豆腐と野菜のうま煮 きゅうりの塩昆布あえ パン缶 <small>【赤】凍り豆腐,豚,かた・赤肉,EM牛乳,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】さんとうさい,えのき,キャベツ,にんじん,たまねぎ,きゅうり,塩昆布,パン缶アップル缶,ほうれんそう</small> EM酪農牛乳 スコーン(ほうれん草,チーズ)	2 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,しめじ) チキンマレード煮 アスパラソテー りんご <small>【赤】成鶏・もも,豚かた肉,牛乳,豆乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,くず,でん粉,きび砂糖 【緑】チンゲンサイ,しめじ,レゾン・マレード,アスパラガス,たけのこ,水煮缶,にんじん,りんご</small> 明治牛乳 豆乳のくずもち	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 マーボー豆腐丼 ナムル 飲む野菜と果実 <small>【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,鶏ささ身 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,こら,ほうれんそう,りょうとうもやし,きゅうり</small> 麦茶 市販のお菓子
8 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ,油揚げ) ゴーヤーチャンプルー ウィンナー バナナ <small>【赤】油揚げ,沖縄豆腐,豚肉,ウィンナー,EM牛乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,さつま芋,バター,きび砂糖,薄力粉 【緑】かぼちゃ,根深ねぎ,たまねぎ,にんじん,こがりバナナ</small> EM酪農牛乳 さつま芋蒸しパン	9 麦ご飯 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) 鯖の梅焼き デークニーイリチー オレンジ <small>【赤】さば,豚かた肉,牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,米粉 【緑】しめじ,えのき,こまつな,梅干し,大根,にんじん,さやいんげん,バナナ, オレンジ</small> 明治牛乳 米粉のバナナケーキ(コア)	10 スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ 鯖ふきいも(青のり) りんご <small>【赤】ウィンナー,チーズ,豚かた肉,EM牛乳,しらす 【黄】スパゲティ麺,オリーブ油,じゃが芋,精白米,ごま油,きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,トマト,ピーマン,はくさい,あおのり,りんご,にんじん,ひじき</small> EM酪農牛乳 じゃこひじきおにぎり	11 お弁当の日 	12 カレーライス(チキン) おからサラダ バナナ <small>【赤】鶏肉,鶏レバー,おから,竹輪,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,マヨネーズ,薄力粉 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,きゅうり,コーン,バナナ,ブルーベリー</small> EM酪農牛乳 せんべい プルーン	13 園内研修 お弁当 家庭保育協力願い 牛乳 市販のお菓子
15 そぼろ丼 みそ汁(白菜,麩) 切り干し大根サラダ ソファール元氣ヨーグルト <small>【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,鶏卵,まぐろ,缶詰,ソファール 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,ごま 【緑】ほうれんそう,はくさい,切り干し大根,きゅうりにんじん,味付けのり</small> 麦茶 わかめおにぎり	16 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 <small>【赤】生揚げ,スルルー,小,牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,きび砂糖,油,強力粉,黒砂糖 【緑】こまつな,はくさい,りんご,きゅうりにんじん,干しぶどう, オレンジ</small> 明治牛乳 黒糖カステラ	17 麦ご飯 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 りんご <small>【赤】豆腐,しらす,さけ,EM牛乳,さば缶詰 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,じゃが芋,マヨネーズ,りんご 【緑】こまつな,たまねぎ,キャベツ,しめじ,かぼちゃ,きゅうり,りんご,にんじん,ネギ</small> EM酪農牛乳 ソーメンタシャーフ	18 ロールパン チキンチャウダー 小松菜の和え物(おかか) バナナ <small>【赤】若鶏・もも,牛乳,クリーム,グリーンピース,ツナ缶 【黄】ロールパン,じゃが芋,オリーブ油,バター,薄力粉,精白米,マヨネーズ 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ,こまつな,りょうとうもやし,味付けのり,バナナ</small> 麦茶 ツナマヨおにぎり	19 キッズビビンバ みそ汁(大根,ワカメ) かぼちゃ含め煮 シークワーサーゼリー <small>【赤】豚肉,みどり調整豆乳 【黄】精白米,おし麦,ごま油,きび砂糖,ごま,シークワーゼリー,食パン 【緑】にんにく,しょうが,たけのこ,水煮缶,しいたけ,にんじん,りょうとうもやし,ほうれんそう,大根,ワカメ,ネギ,かぼちゃ,いちごジャム</small> みどり調整豆乳 ジャムパン(食パン)	20 沖縄そば(肉入り) 磯部和え オレンジ <small>【赤】豚肉,カマコ牛乳 【黄】沖縄そば,きび砂糖,精白米 【緑】なが昆布,にんじん,ネギ,こまつな,りょうとうもやし,オレンジ</small> 牛乳 市販のお菓子
22 あわご飯 みそ汁(小松菜,しめじ) 豚肉のしょうが焼き スティックキュウリ パン缶 <small>【赤】豚肉,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,あわ精白粒,油,薄力粉,バター,きび砂糖 【緑】こまつな,しめじ,ネギ,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,しょうが,きゅうり,パン缶アップル缶,缶,こがりバナナ</small> EM酪農牛乳 夏夏ケーキ	23 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) 鯖の香味焼き ひじき炒め チーズ10鉄分入り <small>【赤】さば・生,豚肉,大豆,型抜きチーズ10鉄分,ショウ,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,きび砂糖,こんぱく,しらたき,油,ごま 【緑】キャベツ,えのき,ショウガ,にんにく,ひじき,にんじん,さやいんげん, 焼きのり ジョア(マスク)80 みそおにぎり</small> 明治牛乳 黒糖カステラ	24 クファジュシー ゆし豆腐(アーサ) 鶏と野菜の煮物 オレンジ <small>【赤】豚肉,ゆし豆腐,若鶏・もも,みどり調整豆乳,きな粉 【黄】精白米,油,食パン,きび砂糖,バター 【緑】にんじん,昆布,ネギ,あおさ,ごま,さやいんげん,オレンジ</small> みどり調整豆乳 きな粉ラスク	25 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,麩) トンカツ なます りんご <small>【赤】豚肉,豆乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,ふ,薄力粉,パン粉,乾燥,油,きび砂糖, 玄米フレーク, マッシュマロ 【緑】チンゲンサイ,大根,にんじん,りんご</small> 明治牛乳 玄米フレークスナック	26 麦ご飯 誕 みそ汁(ほうれん草,油揚げ) 生 ポークのアップルソース 会 野菜炒め(キャベツ,たまねぎ) バナナ <small>【赤】油揚げ,豚かた肉,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,ケーキ 【緑】ほうれんそう,りんご,キャベツ,たまねぎ,にんじん,バナナ</small> EM酪農牛乳 誕生会ケーキ	27 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ,ねぎ) 八宝菜 土佐和え 味付小魚 <small>【赤】生揚げ,豚かた肉,ゴマなしミニフィッシュ,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖 【緑】ネギ,はくさい,にんじん,たまねぎ,しいたけ,たけのこ,水煮缶,ピーマン,きくらげ,きゅうり</small> 牛乳 市販のお菓子
29 納豆ごはん ちむしんじ パイパイイリチー バナナ <small>【赤】納豆,豚かた肉,豚レバー,まぐろ,缶詰,しらす 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油 【緑】にんじん,ネギ,にんにく,バナナ,ほうれんそう,えだまめ</small> 飲む野菜と果実 ゆかりおにぎり(しらす)	30 麦ご飯 すまし汁(ほうれん草,竹輪) 魚ハンバーグ スパゲティサラダ パン缶 <small>【赤】竹輪,キングダリップ,鶏ひき肉,豆乳,まぐろ,缶詰,牛乳,ナチュラルチーズ, クリーム, チーズ 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】さんとうさい,にんにく,キャベツ,にんじん,ピーマン,りょうとうもやし,ニラ,オレンジ</small> 明治牛乳 チーズ蒸しパン	31 麦ご飯 みそ汁(山東菜,豆腐) スパイシーチキン 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) オレンジ <small>【赤】沖縄豆腐,成鶏・もも,豚かた肉,EM牛乳, ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖, 薄力粉 【緑】さんとうさい,にんにく,キャベツ,にんじん,ピーマン,りょうとうもやし,ニラ,オレンジ</small> EM酪農牛乳 ひらやちー	＜5月5日は端午の節句＞ 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。  		

※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

2023年5月分

ひよこ組

月	火	水	木	金	土
<p>1 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>2 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>3</p> <p>憲法記念日</p> 	<p>4</p> <p>みどりの日</p> 	<p>5</p> <p>こどもの日</p> 	<p>6 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>
<p>8 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>9 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>10 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>11</p> <p>お弁当の日</p>  <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>12 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>13</p> <p>園内研修 お弁当</p> <p>家庭保育協力願い</p> <p style="text-align: center;">そうめん汁(納豆)</p>
<p>15 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>16 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>17 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>18 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>19 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>20 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>
<p>22 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>23 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>24 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>25 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>26 軟飯(おかゆ) 誕生会 かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>27 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>
<p>29 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>30 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</p>	<p>31 軟飯(おかゆ) かちゆーゆ 野菜煮, 白身魚煮 豆腐煮 くだもの</p> <p><small>【赤】絹ごし豆腐, 白身魚 【黄】精白米 【緑】じゃが芋, かぼちゃ, 人参, 玉ねぎ, さつまいも, だいこん, きゃべつ, 白菜, ほうれん草, ブロッコリー, トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜入りおじや</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。</p> <p>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>  		

※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》