

# 予 定 献 立 表

2017年11月分

月	火	水	木	金	土
<p>(いい) (にほん) (しょく)</p> <h2 style="text-align: center;">11月24日は「和食の日」</h2> <p>和食の文化について認識を深め、大切さを再認識する日となるようお願いを込めて制定されました。米飯を中心とした栄養バランスに優れた食事構成を持つ和食の文化は、ユネスコ無形文化財に登録されました。日本は、豊かな自然に恵まれた旬の食材があります。できるだけ自然を壊さずに、だし汁や発酵食品のうま味を使うことを目指します。日本特有の素晴らしい食文化を繋げていきましょう。</p>		<p>1 きのご飯 みそ汁(キャベツ・大根) 豆腐ハンバーグ きゅうりとみかんの和え物</p> <p><small>【赤】油揚げ、大豆、成鶏・もも、沖縄豆腐、ツナ缶、EM牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米 【緑】しめじ、えのき、赤ピーマン、しいたけ、ひじき、ネギ、大根、キャベツ、にんじん、きゅうり、みかん缶、沖縄もずく、こうら</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チョコモロンパン</p>	<p>2 麦ごはん(胚芽米) ビーフシチュー しらすのサラダ ソフール</p> <p><small>【赤】牛かた肉・生、豚レバー、クリーム、しらす、調整乳・ヨーグルト 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター 【緑】にんじん、玉ねぎ、しめじ、ぶなしめじ・生、ピーマン、こまつな、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク ニンジンカップケーキ</p>	<p>3 文化の日</p> 	<p>4 ご飯(胚芽) みそ汁(水菜・油揚げ) チキンママレード煮 野菜炒め(人参キャベツ) 梨</p> <p><small>【赤】油揚げ、成鶏・手羽・生、ツナ缶、調整乳 【黄】胚芽米、やま芋、砂糖 【緑】きょうな、かいわれ大根、オレヅ・マーマレード、にんじん、キャベツ、梨</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク ガトーショコラ</p>
<p>6 ご飯(胚芽) ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが 白菜の和え物 ミニゼリー(白桃)</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、牛肉、グリーンピース、しらす、チーズ 【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖 【緑】ネギ、玉ねぎ、にんじん、はくさい、きゅうり、ミニゼリー</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) チョコチップクッキー</p>	<p>7 麦ごはん(胚芽米) なすの味噌汁(ネギ) 鮭の味噌きのこあんかけ キャベツのゴマ和え 青切りみかん</p> <p><small>【赤】しらす、ナチュラルチーズ、クリーム、鶏卵、調整乳 【黄】胚芽米、おし麦、ごま油、ごま、砂糖 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、しめじ、えのき、にんじん、玉ねぎ、しょうが、キャベツ、ほうれんそう、温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク さつまいもと栗のタルト</p>	<p>8 三色丼(鶏ひき肉) すまし汁(シメジ・みつば) モズクの酢の物 柿</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、鶏卵、EM牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、さつまい芋、黒砂糖 【緑】からしな、シメジ、みつば、きゅうり、沖縄もずく、レモン、甘がき</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 大学芋</p>	<p>9 ご飯(胚芽) 豚汁 からし菜チャンプルー オレンジゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉、油揚げ、沖縄豆腐、豚中型種・もも、脂身つき調整乳、しらす、生 【黄】胚芽米、さといも・生、ごま・ゼリー 【緑】大根、ごぼう、根深ねぎ、からしな、にんじん、温州みかん、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク 鮭おにぎり</p>	<p>10 芋ごはん(胚芽米) すまし汁(しめじ・みつ葉) トンカツ(卵抜き) 野菜炒め ブルーネ</p> <p><small>【赤】EM牛乳、まぐろ缶、豚肉 【黄】胚芽米、さつまい芋 【緑】しめじ、えのき、みつ葉・人参・キャベツ、ねぎ・もやし・ピーマン・シイタケ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ココアホットケーキ</p>	<p>11 野菜そば かぼちゃサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚・かた・赤肉・生、かまぼこ、豆乳 【黄】沖繩そば、じゃが芋、胚芽米、三温糖 【緑】にんじん、キャベツ、モヤシ、かぼちゃ、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 サーターアンダーギー</p>
<p>13 あわご飯(胚芽米) なめこ汁(長ネギ) 鯖の竜田揚げ 野菜炒め(もやし・ひじき) 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豆腐、さば、豚肉、豆乳、調整乳 【黄】胚芽米、あわ、三温糖、強力粉、黒砂糖、ごま 【緑】なめこ、ねぎ、人参、キャベツ、もやし、ひじき、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 カステラ</p>	<p>14 お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">ジョア パナナのスティックケーキ</p>	<p>15 あずきご飯 さつまい芋汁 青切りみかん 鶏ささみのカレー粉揚げ キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豚肉、若鶏・ささ身・生、EM牛乳、鶏卵、ツナ缶 【黄】胚芽米、あずき水煮、さつまい芋、こんにやく、砂糖、三温糖 【緑】にんじん、ネギ、キャベツ、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 練りごまトースト</p>	<p>16 ご飯(胚芽) みそ汁(白菜油あげ) レバーの炒め物 ワカメと春雨のサラダ(トマト) バナナ</p> <p><small>【赤】油揚げ、豚レバー、ツナ缶、EM牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、はるさめ、ケーキ 【緑】はくさい・生、にんにく、にんじん、玉ねぎ、モヤシ、きゅうり、ワカメ、トマト、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク スコーン</p>	<p>17 ロールパン クリームシチュー(鮭) トマトサラダ(きゅうり) ぶどうゼリー</p> <p><small>【赤】しらす、生(切り身)、クリーム、牛乳、EM牛乳 【黄】ロールパン、じゃが芋、バター、三温糖、オリーブ油、イモチップ、バナナ 【緑】玉ねぎ、にんじん、セロリ・生、ブロッコリー・生、トマト、きゅうり、ワカメ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり</p>	<p>18 親子避難訓練</p>  <p style="text-align: center;">野菜・果物ジュース クリームパン</p>
<p>20 麦ごはん(胚芽米) みそ汁(油揚げ・麩) 鶏と大根の煮物 白和え(人参・小松菜) 梨</p> <p><small>【赤】油揚げ・鶏もも・豆腐・ツナ缶 【黄】胚芽米・押麦・焼き麩・砂糖・ごま 【緑】ネギ・大根・人参・小松菜・シイタケ・梨</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 うぐいすパン</p>	<p>21 ふりかけご飯(胚芽米) ソーキ汁 ホーレン草のゴマ和え プリン</p> <p><small>【赤】豚肉ソーキ・豆腐・かつお節、調整乳 【黄】胚芽米、ごま、砂糖、プリン 【緑】昆布・人参・大根・シイタケ・ホーレン草・もやし</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク 誕生会ケーキ</p>	<p>22 スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ コールスローサラダ 元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】ウイナー、チーズ、豚かた肉・生、チーズ、しらす 【黄】スパゲティ麺、オリーブ油、三温糖、胚芽米、ごま油、ごま 【緑】にんじん、玉ねぎ、トマト、ピーマン、はくさい・生、キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ふりかけおにぎり</p>	<p>23 勤労感謝の日</p> 	<p>24 麦ごはん(胚芽米) みそ汁(じゃがいも・からし菜) 和食の野菜炒め(ブロッコリー) バナナ</p> <p><small>【赤】鮭、豚ひき肉、鶏卵、調整乳 【黄】胚芽米、ジャガイモ、白玉粉、三温糖、バター、ココナッツパウダー 【緑】からし菜・人参・もやし・ブロッコリー・バナナ・かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 焼き芋</p>	<p>25 ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ・ねぎ) 切り干し大根炒め 小松菜の和え物(おかか) 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豚肉、かまぼこ、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく、三温糖、バター、オートミール 【緑】キャベツ、ネギ、大根、切り干し大根、しいたけ、こまつな、モヤシ、温州みかん、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 クッキー</p>
<p>27 あわご飯(胚芽米) みそ汁(えのき大根) すきやき風煮 ゆかり和え 青切りみかん</p> <p><small>【赤】輸入牛・かたろース・生、沖縄豆腐、EM牛乳 【黄】胚芽米、しらたき、食パン、バター、ゴマペースト、黒砂糖 【緑】えのき、大根、ネギ、にんじん、はくさい、きゅうり、温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 くずもち</p>	<p>28 麦ごはん(胚芽米) 親子どんぶり ホーレン草とひじきの白和え 型抜きチーズ</p> <p><small>【赤】チーズ・鶏肉・鶏卵・豆腐・調整乳 【黄】胚芽米・押麦・ごま・砂糖・さつまい芋 【緑】人参・玉ねぎ・ひじき・ピーマン・ネギ・ホーレン草</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク ココナッツカップケーキ</p>	<p>29 ご飯(胚芽米) みそ汁(チンゲン菜・麩) 豚肉生姜焼き 人参しりしり(しらす) 梨</p> <p><small>【赤】豚肉・シラス・EM牛乳 【黄】胚芽米・麩・ごま油 【緑】チンゲン菜・玉ねぎ・しょうが・人参・ねぎ・梨</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 コーンフレーク</p>	<p>30 麦ごはん(胚芽米) ベジタブルカレー フルーツサラダ りんごジュース</p> <p><small>【赤】豚ひき肉・豚レバー・調整乳・ヨーグルト 【黄】胚芽米・押し麦・じゃがいも 【緑】カボチャ・玉ねぎ・トマト・キャベツ・ニンニク・みかん缶・バナナ・干しぶどう・りんごジュース</small></p> <p style="text-align: center;">パンダミルク アンパンマンパン</p>	<p>《だしのうま味で味覚を育てる》</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>いりこだし</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>かつおだし</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>こんぶだし</p>  </div> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; margin-top: 10px; text-align: center;"> <p>塩分は控えめに。だしのうま味と少しの調味料で素材のおいしさを引き立てましょう</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・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

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生