

予 定 献 立 表

2018年5月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
	1 麦ご飯(胚が米) すまし汁(冬瓜・カイワレ) 鯖の味噌煮(玉ねぎ) 野菜炒め(もやしひじき) バナナ <small>【赤】さば・生豚肉・EM牛乳・鶏卵・チーズ・牛乳 【黄】ビスケット・胚芽米・おし麦・三温糖・砂糖 【緑】とうがんと、かいわれ大根・しょうが・玉ねぎ・にんじん、キャベツ、モヤシ、ひじき、バナナ、こんにゃく</small> パンダ牛乳 コーンお焼き	2 オムライス コーンスープ ブロッコリーソテー 星ハンバーグ オレンジ <small>【赤】チーズ・若鶏・もも、沖縄豆腐、まぐろ、缶詰、みどり調整豆乳、上新粉、白玉粉 【黄】胚芽米、きな粉、木綿豆腐 【緑】玉ねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、かいわれ大根、ブロッコリー、生ネーブル</small> みどり調整豆乳 くりずもち	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 
7 ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ油あげ) 肉じゃが きゅうりとみかんの和え物 型抜きチーズ <small>【赤】油揚げ、牛肉、グリーンピース、チーズ、EM牛乳、きな粉 【黄】ビスケット、胚芽米、じゃが芋、三温糖、砂糖、フランスパン、バター 【緑】キャベツ、玉ねぎ、にんじん、きゅうり、みかん</small> EM酪農牛乳 メロンパン	8 お弁当会  パンダ牛乳 チーズタルト	9 麦ご飯(胚が米) みそ汁(生揚げ・ねぎ) 魚のてんぷら(磯部) 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) バナナ <small>【赤】牛乳、生揚げ、キングクリップ、豚肉、さくらえび、素干し 【黄】野菜入りソフトせんべい、胚芽米、おし麦 【緑】わかめ、ねぎ、あおのり、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン、バナナ、こまつな、味付けのり</small> 麦茶 青菜おにぎり	10 竹の子ご飯 すまし汁(小松菜・大根) かぼちゃと豚肉のうま煮 型抜きレアチーズケーキ(いちご) <small>【赤】鶏ひき肉、豚、かた・赤肉・生、EM牛乳 【黄】胚芽米、三温糖 【緑】オレング、たけのこ、にんじん、こまつな、大根、かぼちゃ、玉ねぎ、さやいんげん、しょうが、にんにく、バナナ</small> パンダ牛乳 米粉のバナナ蒸しケーキ	11 あわご飯(胚芽米) ポークカレー トマトサラダ(きゅうり) 野菜ジュース(グレープ・キャベツ) <small>【赤】豆乳、豚肉、鶏レバー、EM牛乳 【黄】胚芽米、バター、じゃが芋、三温糖、オリーブ油 【緑】玉ねぎ、にんじん、キャベツ、トマト、きゅうり、わかめ、バナナ</small> EM酪農牛乳 かりんとう パナナ	12 ご飯(胚芽) みそ汁(切り干し大根) 豆腐チャンプルー(ツナ) ウィンナー ブルーン <small>【赤】沖縄豆腐、ツナ、缶詰、ウィンナー、EM牛乳 【黄】胚芽米、ライ麦・全粒粉、三温糖 【緑】大根・切り干し大根、玉ねぎ、わかめ、にんじん、ピーマン、キャベツ、ブルーン、干しぶどう</small> パンダ牛乳 スコーン(卵乳なし)
14 ふりかけご飯(胚芽) 冬瓜カレー汁 ゴーヤーチャンプルー 型抜きチーズ <small>【赤】豆乳、豚肉、油揚げ、沖縄豆腐、豚肉、鶏卵、チーズ、みどり調整豆乳、牛乳 【黄】胚芽米、強力粉・1等、黒砂糖、ごま 【緑】とうがんと、さやいんげん、玉ねぎ、にんじん、ニガウリ、干しぶどう</small> みどり調整豆乳 マフィン	15 納豆ごはん みそ汁(じゃがいも・ねぎ) フーイリチー(卵・豚) オレンジ <small>【赤】納豆、豚肉、鶏卵、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、ふ、ケーキ 【緑】バナナ、玉ねぎ、ねぎ、モヤシ、にんじん、キャベツ、オレング</small> パンダ牛乳 誕生会ケーキ	16 あわご飯(胚芽米) みそ汁(山東菜・しめじ) チキンマレード煮 野菜炒め(人参・ピーマン・キャベツ) びわ <small>【赤】成鶏・手羽・生、ツ缶、EM牛乳、牛乳 【黄】胚芽米 【緑】さんとうさい、しめじ、オレング・マレード、にんじん、ピーマン、キャベツ、びわ</small> EM酪農牛乳 ごまクッキー	17 クワージュージー(こんぶ入り) すまし汁(大根・カイワレ) 鯖の塩焼き 小松菜とコーンの和え物 バナナ <small>【赤】チーズ、豚肉、さば・生、EM牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、さつまいも、さつまいもでん粉 【緑】にんじん、昆布、ねぎ、大根、かいわれ大根、こまつな、こんにゃく、バナナ、ごま</small> パンダ牛乳 紅芋パン	18 麦ご飯(胚が米) ハヤシライス 白和え(ゴーヤー・人参) チーズでカルシウム <small>【赤】牛肉、鶏レバー、沖縄豆腐、ツ缶、はつ酵乳、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋 【緑】玉ねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、ニガウリ</small> みどり調整豆乳 米粉のカップケーキ(小波)	19 野菜そば かぼちゃサラダ ミニゼリー(白桃) <small>【赤】豚、かた・赤肉・生、カマコ、EM牛乳、しらす 【黄】沖縄そば、じゃが芋、胚芽米 【緑】バナナ、にんじん、キャベツ、モヤシ、かぼちゃ、きゅうり</small> 麦茶 ゆかりおにぎり
21 ご飯(胚芽) もずくスープ 松風焼き 野菜炒め(人参・キャベツ) 愛媛県産甘夏フレッシュ <small>【赤】沖縄豆腐、鶏ひき肉、鶏レバー、ツ缶、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、ふ、ごま、ごま油、砂糖、バター 【緑】こまつな、あおのり、素干し、にんじん、ねぎ、パイナップル、かぼちゃ、バナナ</small> EM酪農牛乳 クッキー	22 あわご飯(胚芽米) すまし汁(小松菜・麩) 豚肉の香り揚げ 人参シリシリ(かつお節) パイナップル <small>【赤】豆乳、豚肉、鶏卵、EM牛乳、脱脂粉乳 【黄】胚芽米、ふ、ごま、ごま油、砂糖、バター 【緑】こまつな、あおのり、素干し、にんじん、ねぎ、パイナップル、かぼちゃ、バナナ</small> パンダ牛乳 かぼちゃカップケーキ	23 ご飯(胚芽) みそ汁(ねぎ・シメジ・豆腐) 鯖の照り焼き 野菜炒め(ブロッコリー) バナナ <small>【赤】はつ酵乳、沖縄豆腐、しるさげ、豚ひき肉、EM牛乳、鶏卵、ツ缶 【黄】胚芽米、三温糖 【緑】ねぎ、しめじ、にんじん、モヤシ、ブロッコリー、バナナ、ごま</small> EM酪農牛乳 ひらやちー	24 スパゲティナポリタン とうもろこしのスープ(アスパラ) コールスローサラダ はつ酵乳(固形) <small>【赤】牛乳、ウイダー・チーズ、チーズ、しらす 【黄】野菜入りソフトせんべい、スパゲティ、種、オリーブ油、三温糖、胚芽米、ごま 【緑】にんじん、昆布、ねぎ、大根、かいわれ大根、こまつな、キャベツ、にんじん、ひじき</small> 麦茶 じゃこひじきふりかけおにぎり	25 ロールパン ボルシチ 大根サラダ バナナ <small>【赤】牛・ひき肉、豚レバー、クリーム、まぐろ、缶詰、水煮、フルーツ、EM牛乳 【黄】ロールパン、じゃが芋、バター、ごま、三温糖、さつまいも 【緑】キャベツ、玉ねぎ、にんにく、とうがんと、にんじん、さやいんげん、オレング</small> EM酪農牛乳 焼き芋	26 ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ・玉ねぎ) ハンニースパイシーチキン 冬瓜炒め物 オレンジ <small>【赤】成鶏・もも・生、まぐろ、缶詰、水煮、煮、かつお、EM牛乳、きな粉 【黄】ビスケット、胚芽米、はちみつ、もち米、三温糖 【緑】キャベツ、玉ねぎ、にんにく、とうがんと、にんじん、さやいんげん、オレング</small> パンダ牛乳 いちごスティックケーキ
28 ご飯(胚芽) みそ汁(じゃがいも・ねぎ) 豚肉のしょうが焼 しらすのサラダ シークワーサーゼリー <small>【赤】豚肉、しらす、ツ缶、かたくちいわし、煮干し 【黄】胚芽米、じゃが芋、砂糖、ごま 【緑】わかめ、ねぎ、しょうが、こまつな、味付けのり</small> 麦茶 ツナマヨおにぎり	29 ご飯(胚芽) ゆし豆腐(ねぎ) 揚げ魚のみぞれ煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) ブルーン <small>【赤】ゆし豆腐、キングクリップ、豚肉、EM牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、食パン、バター 【緑】バナナ、ねぎ、大根、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン、ブルーン</small> パンダ牛乳 ピザトースト	30 納豆みそごはん ゆし豆腐(ねぎ) 切り干し大根炒め りんご <small>【赤】豚ひき肉、豚肉、カマコ、EM牛乳、さば・缶詰 【黄】胚芽米、三温糖、食パン、バター 【緑】ねぎ、こまつな、しめじ、切り干し大根、にんじん、しいたけ、りんご、ごま</small> EM酪農牛乳 ソーメンチャンプルー	31 あわご飯(胚芽米) すまし汁(とろろ昆布) チキンのケチャップ煮 小松菜の和え物(おかか) バナナ <small>【赤】豆乳、カマコ、成鶏・手羽・生、EM牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、バター 【緑】削り昆布、かいわれ大根、玉ねぎ、こまつな、にんじん、バナナ、かぼちゃ</small> パンダ牛乳 かぼちゃクッキー	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 子どものおやつは食事の1部！！ </div> <p>①しっかり栄養補給！ 3回の食事で供給できない栄養をおやつで補給</p> <p>②食事と同じ形態で提供 食事をする場所でお皿に盛って食べましょう</p> <p>③食事同様、砂糖と油の量は控えめに・・・ 清涼飲料水、スナック菓子などは避けましょう</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・クワイ・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