

予定献立表

2018年11月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
 <p>和食</p> <p>～11月24日 和食の日～</p> <p>11(いい) 2(にほん) 4(しょく)の語呂合わせから、五穀豊穡実りのシーズンを迎えるこの時期に、日本の食文化を見直して、「和食」保護・継承の大切さを考える日です。</p>					
			1	2	3
			<p>きのこご飯 みそ汁(キャベツ、大根) 豆腐ハンバーグ 柿</p> <p>【赤】油揚げ、大豆、味噌、もも、生、沖縄豆腐、ワケ、鶏卵、チーズ、パンダ牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、白玉粉、黒砂糖 【緑】しめじ、えのき、赤ピーマン、しいたけ、ひじき、ネギ、キャベツ、大根、にんじん、かき、甘がき、生</p> <p>パンダ牛乳 だんごの黒蜜かけ</p>	<p>麦ごはん ボルシチ 切り干し大根サラダ チーズで鉄</p> <p>【赤】牛・ひき肉・生、豚レバー、クリーム、まぐろ、缶詰、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター、ごま、三温糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、生、さやいんげん、大根、切り干し大根、きゅうり、バナナ</p> <p>みどり調整豆乳 はちま棒 パナナ</p>	<p>3</p> <p>文化の日</p> 
5	6	7	8	9	10
<p>ご飯 みそ汁(わかめ・麩) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(もやし、ピーマン) 青切りみかん</p> <p>【赤】豆乳(ココア)、成鶏、手羽、豚肉、EM牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、ふくずでん粉、黒砂糖 【緑】わかめ、ネギ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、りょうとうもろこし、ピーマン、温州みかん</p> <p>EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>あわご飯 みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) 鯖の塩焼き 小松菜の和え物 柿</p> <p>【赤】はっ酵乳、さば、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、三温糖、くるみ、いり、ばん 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、ネギ、こまつな、甘がき</p> <p>みどり調整豆乳 メロンパン</p>	<p>スパゲティーミートソース(なす) アーサ汁 コールスローサラダ バナナ</p> <p>【赤】牛乳、豚ひき肉、豚レバー、チーズ、豆腐、豚肉 【黄】野菜入リソフゼン、スパゲティ麺、バター、三温糖、胚芽米 【緑】にんじん、たまねぎ、ナス、しいたけ、あおさ、キャベツ、バナナ、昆布、ネギ</p> <p>麦茶 クファージュシーおにぎり</p>	<p>ご飯 すまし汁(冬瓜・ワケ) 鮭のちゃんちゃん焼き もずく酢(みかん) ブテト</p> <p>【赤】しろさげ、生、パンダ牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、砂糖、バター、オートミール 【緑】温州みかん、とうがんとん、ワケ、ネギ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、沖縄もずく、きゅうり、みかん、トマト、干しぶどう</p> <p>パンダ牛乳 オートミールクッキー</p>	<p>ロールパン クリームシチュー(鶏肉・かぶ) ポパイサラダ ミニゼリー(ブルー)</p> <p>【赤】鶏肉、クリーム、牛乳、EM牛乳 【黄】ロールパン、じゃが芋、バター、オリブ油、砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、かぶ、ブロッコリー、まいたけ、にんにく、ほうろん、そう、コン、日本なし</p> <p>EM酪農牛乳 かりんとう 梨</p>	<p>ご飯 かきたま汁(レタス) チンジャオロース 土佐和え りんご</p> <p>【赤】鶏卵、豚肉、パンダ牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、ごま油、クリーム、チーズ 【緑】レタス、しょうが、りょうとうもろこし、たけのこ、水煮、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、きゅうり、りんご</p> <p>パンダ牛乳 チーズタルト</p>
12	13	14	15	16	17
<p>ご飯 みそ汁(もやし・ワケ) すきやき風煮 さつまいものゴマ和え</p> <p>【赤】輸入牛・かたろー生、沖縄豆腐、EM牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく、しらたき、さつま芋、ごま、砂糖 【緑】バナナ、りょうとうもろこし、ワケ、ネギ、にんじん、はくさい、さやいんげん、パイナップル、缶</p> <p>EM酪農牛乳 米粉のパイナップルケーキ</p>	<p>お弁当会</p>  <p>麦茶 ガトーショコラ</p>	<p>ご飯 すまし汁(しめじ・えのき) 魚のポテトクリーム焼き キャベツのおかか和え 青切りみかん</p> <p>【赤】豆乳、キングクリップ、しらす、EM牛乳、牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、ごま 【緑】しめじ、えのき、きょうな、たまねぎ、キャベツ、温州みかん</p> <p>EM酪農牛乳 ゴマポッキー</p>	<p>麦ごはん チキンカレー 大根とわかめの和え物 チーズでカルシウム</p> <p>【赤】鶏肉、豚レバー、まぐろ、缶詰、チーズ、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター、食パン 【緑】パスタ、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、冷凍、きゅうり、大根、ワケ、いりご、ジャム</p> <p>みどり調整豆乳 ジャムパン(食ぱん)</p>	<p>あずきご飯 すまし汁(小松菜、シメジ) しそ入り卵焼き ひじき炒め りんご</p> <p>【赤】鶏卵、豚肉、EM牛乳 【黄】胚芽米 【緑】こまつな、しめじ、しそ、葉、ひじき、にんじん、さやいんげん、りんご</p> <p>EM酪農牛乳 味噌おにぎり</p>	<p>親子合同避難訓練/防災説明会</p>  <p>りんごジュース パン</p>
19	20	21	22	23	24
<p>ふりかけご飯 ソーキ汁 ほうれん草の胡麻和え 青切りみかん 日</p> <p>【赤】豚肉、ソーキ 【黄】ビスケット、胚芽米、ごま、砂糖、ばん 【緑】なが昆布、にんじん、大根、しいたけ、ほうれん草、そう、菜、温州みかん、焼きのり</p> <p>ジョア(白ブドウ) アンパンマンパン</p>	<p>ご飯 キラキラカレー キャベツサラダ 明治固型ヨーグルト</p> <p>【赤】牛乳、鶏肉、缶詰 【黄】胚芽米、ごま、砂糖、ごま油、ケーキ、ヨーグルト 【緑】にんじん、玉ねぎ、キャベツ、ジャガイモ</p> <p>パンダ牛乳 誕生ケーキ</p>	<p>ご飯 なめこ汁 鯖の竜田揚げ 野菜炒め(キャベツ、インゲン) 梨</p> <p>【赤】牛乳、豆腐、さば、豚肉、ヨーグルト 【黄】胚芽米、三温糖、おし麦、黒砂糖、白玉粉 【緑】にんじん、ネギ、にんじん、キャベツ、さやいんげん、りょうとうもろこし、日本なし</p> <p>ぜんざい チーズで鉄</p>	<p>麦ごはん ビーフシチュー だいこんスティック フルーツサラダ(みかん)</p> <p>【赤】牛かた肉、豚レバー、クリーム、ヨーグルト、パンダ牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、ぶなしめじ、ピーマン、大根、みかん、バナナ、干しぶどう</p> <p>パンダ牛乳 米粉のカップケーキ</p>	<p>勤労感謝の日</p>  <p>EM酪農牛乳 味噌おにぎり</p>	<p>沖縄そば ナムル バナナ</p> <p>【赤】豚肉、かまぼこ、鶏卵、鶏ささ身、EM牛乳、豚ひき肉 【黄】沖縄そば、砂糖、ごま油、胚芽米、三温糖 【緑】ネギ、ほうれん草、そう、菜、大豆もやし、にんじん、バナナ</p> <p>パンダ牛乳 ゆかりおにぎり</p>
26	27	28	29	30	
<p>ご飯 みそ汁(生揚げ・たまねぎ) もずく丼 きゅうりの梅和え ブルー</p> <p>【赤】生揚げ、豚ひき肉、鶏卵、EM牛乳、脱脂粉乳 【黄】胚芽米、砂糖、バター、くるみ、いり 【緑】たまねぎ、かいわれ大根、沖縄もずくにんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、きゅうり、梅干し、ブルー</p> <p>EM酪農牛乳 ココアクッキーバー</p>	<p>ご飯 すまし汁(しめじ・えのき) ごぼうと牛肉のみそ煮 マカロニサラダ 柿</p> <p>【赤】はっ酵乳、輸入牛、もも、まぐろ、缶詰、パンダ牛乳、豚肉 【黄】胚芽米、こんにやく、三温糖、スパゲティ麺、うどん 【緑】しめじ、えのき、ワケ、ごぼう、にんじん、しょうが、きゅうり、干しぶどう、甘がき、キャベツ、たまねぎ、赤ピーマン</p> <p>パンダ牛乳 焼きうどん</p>	<p>あわご飯 みそ汁(かぼちゃ・油揚げ) レバーのカレー揚げ 小松菜とコーンのゴマ和え 柿</p> <p>【赤】牛乳、油揚げ、豚レバー、鶏卵、しらす、油揚げ 【黄】野菜入リソフゼン、胚芽米、ごま、砂糖、三温糖 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、ネギ、こまつな、コン、甘がき</p> <p>麦茶 いなり寿司</p>	<p>納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー 青切りみかん</p> <p>【赤】豆乳、納豆、豚肉、かまぼこ、沖縄豆腐、豚もも、パンダ牛乳、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、こんにやく、強力粉、黒砂糖、ごま、乾 【緑】大根、しいたけ、からし、な、にんじん、温州みかん、干しぶどう</p> <p>パンダ牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>麦ごはん 大豆と鶏肉のカレー ブロッコリーのおかかチーズ和え Newヤクルト</p> <p>【赤】豆乳(ココア)、鶏肉、大豆、チーズ、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、さつま芋 【緑】たまねぎ、ピーマン、セロリ、にんじん、トマト、にんにく、しょうが、ブロッコリー</p> <p>EM酪農牛乳 蒸し羊</p>	<p>11月8日は いい歯の日</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

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生