

予 定 献 立 表

2019年5月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">こどものお弁当</div>  <p>愛情いっぱいのお弁当箱を開けると、子どもたちは本当にうれしそうです。お弁当を準備するときは、子どもの好きなものを取り入れながら、食べられる量を意識しましょう。ごはん：主菜：副菜＝3：1：2の分量で盛り付けると栄養バランスがと整います。</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">こどものお弁当</div>  <p>愛情いっぱいのお弁当箱を開けると、子どもたちは本当にうれしそうです。お弁当を準備するときは、子どもの好きなものを取り入れながら、食べられる量を意識しましょう。ごはん：主菜：副菜＝3：1：2の分量で盛り付けると栄養バランスがと整います。</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">国民の祝日</div> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">国民の祝日</div> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">憲法記念日</div> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">みどりの日</div> 
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">振替休日</div> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">スパゲティーマイトソース コーンスープ(白菜) 粉ふきいも(青のり) ミニゼリー(ブルー)</div> <p>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、しらす 【黄】スパゲティ麺、バター、じゃが芋、胚芽米、ごま、むき三温糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、コーン、はくさい、あおのり、素干し、にんじん、ひじき</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ☑やこひじきおにぎり</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ふりかけご飯(🍷) 豚汁 人参シソ(シラス) バナナ(30g) 型抜きチーズ</div> <p>【赤】豚肉、しらす、チーズ、EM玉城牧場牛乳、豆乳、きな粉 【黄】胚芽米、さといも、こんにやく、ごま油、たか、砂糖 【緑】大根、ごぼう、にんじん、根深ねぎ、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM玉城牧場牛乳 ☑豆乳のくずもち</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">あわご飯 すまし汁(大根・わかめ・ねぎ) 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ含め煮 りんご</div> <p>【赤】しらさげ、バンダ牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、三温糖、くるみ、いり 【緑】大根、わかめ、ねぎ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、かぼちゃ、りんご、にんじん</p> <p style="text-align: center;">バンダ牛乳 ☑四参ケーキ</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ロールパン ボルシチ 切り干し大根サラダ オレンジ</div> <p>【赤】牛肉、豚レバー、クリーム、まぐろ、缶詰、EM玉城牧場牛乳 【黄】胚芽米、はちみつ 【緑】しめじ、えのき、きょうな、葉、にんにく、にんじん、りょうとうもやし、ブロッコリー、バナナ、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ☑でコーン ☑バスコ</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 すまし汁(しめじ・えのき・水菜) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(ブロッコリー) バナナ</div> <p>【赤】成鶏・もも、豚ひき肉、みどり調整豆乳、ツナ缶 【黄】胚芽米、はちみつ 【緑】しめじ、えのき、きょうな、葉、にんにく、にんじん、りょうとうもやし、ブロッコリー、バナナ、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ☑でコーン ☑バスコ</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">グリーンピースご飯 チキンカレー フルーツサラダ</div> <p>【赤】グリーンピース、鶏肉、鶏レバー、ヨーグルト、EM玉城牧場牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、バター、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、みかん、バナナ、干しぶどう、いちご、ジャム</p> <p style="text-align: center;">EM玉城牧場牛乳 ☑ジャムパン</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">お弁当会</div>  <p>【赤】さば、生、鶏ひき肉、豚肉 【黄】胚芽米、ソーメン、ごま油、三温糖 【緑】ほうれんそう、葉、大根、にんじん、ごぼう、さやいんげん、りんご、たまねぎ、キャベツ、赤ピーマン</p> <p style="text-align: center;">バンダ牛乳 ☑かぼちゃマフィン</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 すまし汁(ホウレンソウ大根) 魚の夕焼けソース きんぴら風煮(いんげん) りんご</div> <p>【赤】さば、生、鶏ひき肉、豚肉 【黄】胚芽米、ソーメン、ごま油、三温糖 【緑】ほうれんそう、葉、大根、にんじん、ごぼう、さやいんげん、りんご、たまねぎ、キャベツ、赤ピーマン</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ☑ーメンチャンプルー</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">納豆ごはん みそ汁(じゃがいも・ねぎ) フーイリチー オレンジ</div> <p>【赤】納豆、豚肉、鶏卵、バンダ牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、ふ、ケーキ 【緑】たまねぎ、ネギ、りょうとうもやし、にんじん、キャベツ、オレンジ</p> <p style="text-align: center;">バンダ牛乳 ☑園生会ケーキ</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 みそ汁(白菜、油揚げ) 肉じゃが 土佐和え チーズで鉄</div> <p>【赤】油揚げ、牛肉、グリーンピース、EM玉城牧場牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖、強力粉、黒砂糖、ごま、乾 【緑】はくさい、ネギ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、干しぶどう</p> <p style="text-align: center;">EM玉城牧場牛乳 ☑園生会カップケーキ</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">沖縄そば 磯部和え バナナ</div> <p>【赤】豚肉、カマボコ、鶏卵、豚ひき肉 【黄】沖縄そば、砂糖、胚芽米、三温糖 【緑】ネギ、こまつな、りょうとうもやし、にんじん、焼きのり、バナナ</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ☑園生会おにぎり</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 みそ汁(さつまい) からし菜チャンプルー しそ入り卵焼き ミニゼリー(白桃)</div> <p>【赤】沖縄豆腐、豚・もも、鶏卵、EM玉城牧場牛乳、牛乳 【黄】胚芽米、さつまい 【緑】ネギ、からし、にんじん、しそ、葉</p> <p style="text-align: center;">EM玉城牧場牛乳 ☑マポッキー</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">あわご飯 すまし汁(大根、わかめ) 鮭のごま味噌焼き 野菜炒め(人参ピーマン) りんご</div> <p>【赤】しらさげ、ツナ缶、さくらえび、素干し、チーズ 【黄】胚芽米、ごま、砂糖、ごま油 【緑】大根、わかめ、ネギ、にんじん、ピーマン、キャベツ、りんご、こまつな</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ☑野菜おにぎり ☑田一ズでカルシウム</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">クファージュシー みそ汁(ほうれん草・麩) 鶏と野菜の煮物 パイン缶</div> <p>【赤】豚肉、若鶏・もも、EM玉城牧場牛乳、鶏卵、脱脂粉乳 【黄】胚芽米、ふ、バター、砂糖、くるみ、いり 【緑】にんじん、昆布、ネギ、ほうれんそう、葉、大根、しいたけ、パインアップル、缶</p> <p style="text-align: center;">EM玉城牧場牛乳 ☑ロアカッキーバー</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 みそ汁(山東菜・しめじ) 魚フライタルソース トマトサラダ(きゅうり) ブルー</div> <p>【赤】キングクリップ、鶏卵、ツナ缶 【黄】胚芽米、三温糖、オリーブ油 【緑】さんとうさい、葉、しめじ、ピクルス、たまねぎ、トマト、きゅうり、わかめ、にんじん、沖縄もずく、ニラ、ブルー</p> <p style="text-align: center;">ジョア(ブレン) ☑むずくりひらやちー</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 マーボー豆腐 ナムル バナナ</div> <p>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、鶏ささ身、EM玉城牧場牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、ごま油、さつまい、黒砂糖 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ニラ、ほうれんそう、葉、りょうとうもやし、きゅうり、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM玉城牧場牛乳 ☑園生会 黒糖</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 みそ汁(えのきわかめ) チキン照り焼き 野菜炒め(キャベツ、アスパラ) オレンジ</div> <p>【赤】成鶏・もも、生、豚肉、きになる野菜、シュース、きな粉 【黄】胚芽米、フランスパン、砂糖、バター 【緑】えのき、わかめ、根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ、アスパラガス、りょうとうもやし、オレンジ</p> <p style="text-align: center;">きになる野菜(アップル&キャロット) ☑きな粉ラスク</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 みそ汁(えのき冬瓜) 炒り豆腐 もずくの酢のもの プチトマト</div> <p>【赤】沖縄豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、EM玉城牧場牛乳、チーズ 【黄】胚芽米、三温糖 【緑】えのき、とうがん、ネギ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、沖縄もずく、きゅうり、ほうれんそう、トマト</p> <p style="text-align: center;">EM玉城牧場牛乳 ☑田一ズ蒸しパン</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) さばのおろし煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) パイン缶</div> <p>【赤】ゆし豆腐、さば、豚肉、バンダ牛乳 【黄】胚芽米、三温糖 【緑】ネギ、しょうが、大根、にんじん、キャベツ、りょうとうもやし、ピーマン、パインアップル、缶、えだまめ</p> <p style="text-align: center;">バンダ牛乳 ☑ちや棒 ☑豆</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">ご飯 みそ汁(チンゲン菜じゃが芋) 鮭のコーンフレーク揚げ ブロッコリーのおかか和え バナナ</div> <p>【赤】しらさげ、しらす、かたくちいわし、煮干し 【黄】胚芽米、じゃが芋、コーンフレーク、砂糖 【緑】チンゲンサイ、ブロッコリー、にんじん、バナナ、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ☑かりおにぎり ☑園干し佃煮</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">納豆みそごはん すまし汁(小松菜シジ) 切り干し大根炒め りんご</div> <p>【赤】豚ひき肉、豚肉、カマボコ、バンダ牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、こんにやく、さつまい、黒砂糖 【緑】ネギ、こまつな、しめじ、大根、切り干し大根、にんじん、しいたけ、りんご</p> <p style="text-align: center;">バンダ牛乳 ☑園学芋</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">麦ご飯 八宝菜 かぼちゃサラダ Newマカルト</div> <p>【赤】豚肉、EM玉城牧場牛乳、ウイナー 【黄】胚芽米、おし麦、三温糖、じゃが芋、パン 【緑】はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ、ピーマン、かぼちゃ、きゅうり</p> <p style="text-align: center;">EM玉城牧場牛乳 ☑丸パン(ウイナー)</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