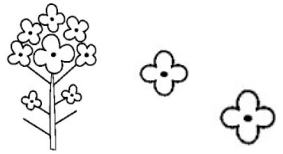
予　定　献　立　表

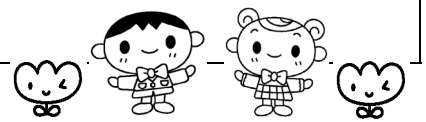
2021年3月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
1 あわご飯 豚肉と白菜のｽｰﾌﾟ マーボー豆腐 プルーン 【赤】豚かた肉,沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,EM牛乳 【黄】精白米,あわ,砂糖,ごま油,さつま芋,バター,三温糖,はちみつ,ごま 【緑】はくさい,にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,ニラ,ﾌﾟﾙｰﾝ EM酪農牛乳　スイートポテト	**2** 麦ご飯 ビーフシチュー 小魚サラダ 【赤】牛かたロース,豚レバー,クリーム,しらす,チーズ,豆乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,バター,ごま油,薄力粉 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,ピーマン,キャベツ,ひじき,コーン みどり調整豆乳　チーズタルト	**3** ちらしずし(鮭) ひなまつり すまし汁(とうふ) ウィンナー 和え物(おかか) ミニゼリー 【赤】鶏卵,べにざけ,ウィンナー,EM牛乳、とうふ 【黄】胚芽米,砂糖,油,ごま,ゼリー 【緑】ひじき,さやいんげん,ほうれんそう,にんじん,わかめ、きゅうり EM酪農牛乳　ひなあられ	**4** ロールパン ポークビーンズ フルーツサラダ 【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,ヨーグルト,パンダ牛乳 【黄】ロールパン,油,精白米、マカロニ 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,みかん,バナナ,干しぶどう パンダ牛乳　くずもち	**5** 麦ご飯 ちむしんじ 魚てんぷら 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) りんご 【赤】豚肉,豚レバー,キングクリップ,豆乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,三温糖,薄力粉 【緑】ネギ,にんにく,キャベツ,にんじん,たまねぎ,ピーマン,りんご,焼きのり 麦茶　ふりかけおにぎり	**6** 野菜そば 煮豆 黄桃缶 【赤】豚肉,かまぼこ、大豆、ジョア 【黄】沖縄そば,ごま油,精白米 【緑】キャベツ,にんじん、りょくとうもやし,真昆布、黄桃缶 麦茶　お菓子
8 梅入り混ぜご飯 豚汁 タマナーチャンプルー バナナ 【赤】豚肉,沖縄豆腐,豚肉,EM牛乳,脱脂粉乳,牛乳 【黄】精白米,あわ,ごま,さといも,こんにゃく,油,砂糖,薄力粉 【緑】梅干し,しそ・葉,大根,はくさい,根深ねぎ,キャベツ,にんじん,たまねぎ,ニラ,バナナ,もも・缶 EM酪農牛乳　ピーチマフィン	**9** 麦ご飯 みそ汁(青菜,しめじ) 鯖のカレー焼 ブロッコリーの和え物 りんご 【赤】さば,豆乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,油,薄力粉 【緑】こまつな,ワカメ,ブロッコリー,トマト,りんご,にんじん,沖縄もずく,ニラ、しめじ 麦茶　もずく入りひらやちー	**10** 麦ご飯 なめこ汁 チキンのケチャップ煮 野菜炒め(たまねぎ,ひじき) デコポン 【赤】豆腐,鶏・手羽,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,ケーキ 【緑】なめこ,ネギ,たまねぎ,にんじん,キャベツ,ひじき,タンゴール EM酪農牛乳　あんぱん	**11** スパゲティーミートソース 誕生会 卵スープ キャベツのあえ物 みかん 【赤】豚肉,牛肉,豚レバー,チーズ,豆腐 【黄】麺,オリーブ油,油,バター,精白米,三温糖,ごま,薄力粉 【緑】にんじん,たまねぎ,しいたけ,チンゲンサイ,キャベツ,温州みかん 野菜ジュース　誕生会ケーキ	**12** 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,しいたけ) ごぼう入り鶏つくね キャベツのゴマヨサラダ デコポン 【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,沖縄豆腐,チーズ 【黄】精白米,おし麦,油,ごま,三温糖,くずでん粉,砂糖 【緑】チンゲンサイ,しいたけ,ごぼう,たまねぎ,れんこん,にんじん,さやいんげん,タンゴール,しょ… 麦茶　おかかチーズおにぎり	**13** 卒園式
15 あわご飯 みそ汁(大根,しめじ) すきやき風煮 きゅうりともやしの和え物 みかん 【赤】牛・かたロース,沖縄豆腐 【黄】精白米,あわ,油,こんにゃく 【緑】しめじ,ネギ,にんじん,はくさい,きゅうり,りょくとうもやし,温州みかん,味付けのり、大根 麦茶　ゆかりおにぎり	**16** 麦ご飯 すまし汁(青菜,しいたけ) 鮭のちゃんちゃん焼き さつまいものゴマ和え 【赤】しろさけ,パンダ牛乳,豚肉 【黄】精白米,おし麦,油,バター,三温糖,さつま芋,ごま,うどん 【緑】こまつな,しいたけ,たまねぎ,キャベツ,しめじ,さやいんげん,りんご,からしな,にんじん パンダ牛乳　せんべい	**17** 麦ご飯 みそ汁(小松菜,もやし) 魚オランダ揚げ ブロッコリーソテー バナナ 【赤】キングクリップ、豆乳,豚肉,EM牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,ふ,ごま,油,強力粉,バター,薄力粉 【緑】こまつな,りょくとうもやし,にんじん,パセリ,ブロッコリー,コーン,バナナ,にんじん・ジュース EM酪農牛乳　チーズスティック	**18** 麦ご飯 みそ汁(白菜,油あげ) 鶏と大根の煮物 スパゲティサラダ オレンジ 【赤】油揚げ,鶏・もも,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,麺,ごま,サラスパ 【緑】はくさい,大根,にんじん,しいたけ,きゅうり,干しぶどう,オレンジ、ブルーベリージャム パンダ牛乳　ジャムパン	**19** クファジューシー 食育の日 さつま汁 白和え(ほうれん草,人参) ミニゼリー 【赤】豚肉,鶏・もも,沖縄豆腐,ツナ缶,EM牛乳 【黄】精白米,油,さつま芋,こんにゃく,ゼリー,かりんとう 【緑】にんじん,昆布,ネギ,大根,根深ねぎ,ほうれんそう EM酪農牛乳　かりんとう	**20** **春分の日** 
22 あわご飯 みそ汁(しめじ,豆腐) 豚肉のしょうが焼 かぼちゃ含め煮 みかん 【赤】豆腐,油揚げ,豚肉,しらす,煮干し 【黄】精白米,あわ,油,三温糖,ごま,砂糖 【緑】しめじ,たまねぎ,ピーマン,しょうが,かぼちゃ,温州みかん 麦茶　いなり寿司	**23** 麦ご飯 すまし汁(大根,わかめ,ねぎ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) ナムル りんご 【赤】さば,鶏ささ身,パンダ牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,三温糖,ごま油,砂糖,全粒粉,油,薄力粉 【緑】大根,ワカメ,ネギ,しょうが,たまねぎ,ほうれんそう,りょくとうもやし,にんじん,きゅうり,りんご,干しぶどう パンダ牛乳　スコーン	**24** ふりかけご飯 具だくさんみそ汁 白菜の和え物 バナナ 【赤】豚肉チーズ、EM酪農牛乳 【黄】精白米,おし麦,黒砂糖,三温糖 【緑】なが昆布,にんじん,大根,しいたけ,はくさい,きゅうり,バナナ EM酪農牛乳　はちゃ棒．チーズ	**25** もずく丼 みそ汁(豆腐、ワカメ) 青菜のおかか和え チーズ 【赤】豚ひき肉,鶏卵,沖縄豆腐 【黄】精白米,おし麦,砂糖,油,ごま 【緑】沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,ワカメ,ネギ,こまつな,りょくとうもやし,りんご 麦茶　サーターアンダーギー	**26** カレーライス(チキン) 大根サラダ ヨーグルト 【赤】鶏肉,鶏レバー,ツナ缶,調整豆乳,ヨーグルト 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,ごま,三温糖,さつま芋 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,大根,きゅうり みどり調整豆乳　蒸し芋	**27** お弁当会 【赤】 【黄】 【緑】 野菜ジュース　せんべい
29 納豆ごはん みそ汁(白菜,長ネギ,油揚げ) デークニーイリチー バナナ 【赤】納豆,油揚げ,豚肉 【黄】精白米,おし麦,油 【緑】はくさい,大根,にんじん,さやいんげん,バナナ、ネギ ヤクルト　ヒラヤーチー	**30** 麦ご飯 みそ汁(青菜,厚揚げ) チキンアップルソース 野菜炒め(ブロッコリー) パイン缶 【赤】生揚げ,豚肉,パンダ牛乳,豆腐,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,砂糖,ホットケーキ粉 【緑】こまつな,にんじん,ブロッコリー,パセリ パンダ牛乳　もちもちドーナツ	**31** 親子どんぶり すまし汁(しめじ,水菜) なます プルーン 【赤】鶏肉,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,油,砂糖,三温糖 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,しめじ,きょうな,大根,プルーン Ca飲料(リンゴ)　カルシュウムせんべい			

園での昼食、おやつ、クッキングなど、例年とは違っていろいろ制限はありましたが、工夫をしながら友達や先生と楽しい時間を分け合ってきたこの１年。こどもたちは心も体も見違えるほど大きくなりました。

「桃の節句」は、ひな人形を飾り、白酒やひしもちなどをお供えし、こどもたちの



※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。

≪アレルゲン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