

予 定 献 立 表

2021年11月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土	
<p>1 あわご飯 みそ汁(チンゲン菜しめじ) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(キャベツ・チンゲン) 青切りみかん</p> <p><small>【赤】鶏・手羽、豚・かた、EM牛乳、チーズ 【黄】精白米、あわ、油、薄力粉、三温糖 【緑】チンゲンサイ、しめじ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、りょうとうもろやし、さやいんげん、温州みかん、ほうれんそう</small></p> <p>EM酪農牛乳 スコーン(ほうれん草、チーズ)</p>	<p>2 麦ご飯 すまし汁(白菜、水菜) 鮭のごま味噌焼き 切り干し大根炒め りんご</p> <p><small>【赤】しろさげ、豚・かた、カマボコ、赤箱牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、ごま、砂糖、ごま油、こんにやく、油、三温糖、薄力粉、油 【緑】はくさい、水菜、ワカメ、切り干し大根、にんじん、しいたけ、りんご</small></p> <p>赤箱牛乳 サターアUNDERギー</p>	<p>3</p> <p style="font-size: 2em;">文化の日</p> 	<p>4 ゆかりご飯 カボチャスープ ハンバーグ つけ合わせ野菜 梨</p> <p><small>【赤】牛乳、牛・ひき肉、豚ひき肉、沖繩豆腐、豆乳、ツナ缶 【黄】精白米、おし麦、油、バター、米粉、じゃが芋、薄力粉 【緑】たまねぎ、かぼちゃ、コン、ブロッコリー、カリフラワー、なし、にんじん、ニラ</small></p> <p>麦茶 ひらやちー</p>	<p>5 カレーライス(魚) 大根の甘酢合え フルーツサラダ おさつスナック</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚・かた、鶏レバー、脱脂粉乳、ヨーグルト、豆乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、砂糖、食パン 【緑】にんじん、たまねぎ、にんにく、ピーマン、大根、みかん、バナナ、干しぶどう、ブルーベリー、ジャム</small></p> <p>みどり調整豆乳 ジャムパン</p>	<p>6 納豆ごはん 豚汁 からし菜チャンプルー チーズ</p> <p><small>【赤】納豆、豚・かた、沖繩豆腐、EM牛乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、さといも、油、薄力粉、砂糖 【緑】大根、こまつな、にんじん、根深ねぎ、からし、なまねぎ、りんご、コン</small></p> <p>麦茶 カップケーキ</p>	
<p>8 あわご飯 みそ汁(じゃがいも、玉ねぎ) すきやき風煮 きゅうりの梅和え パン缶</p> <p><small>【赤】牛・かた、ローズ、沖繩豆腐、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、あわ、さつまいも、バター、じゃが芋、油、こんにやく、三温糖、ごま 【緑】たまねぎ、ネギ、にんじん、はくさい、きゅうり、梅干し、パンアップル、缶</small></p> <p>EM酪農牛乳 スイートポテト</p>	<p>9 お弁当会</p>  <p>赤箱牛乳 チーズタルト</p>	<p>10 スパゲティミートソース すまし汁(白菜、わかめ) ほうれん草のサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、牛・ひき肉、豚レバー、チーズ、わかめ、味付小魚 【黄】麺、オリーブ油、薄力粉、バター、砂糖、米、ごま 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、はくさい、ほうれん草、コン、バナナ、塩昆布</small></p> <p>麦茶 塩昆布のおにぎり 味付小魚</p>	<p>11 麦ご飯 すまし汁(大根、わかめ、ねぎ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) ブロッコリーソテー 柿</p> <p><small>【赤】さば、豚・かた、赤箱牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、油、ホットケーキ、ゴマ 【緑】大根、ワカメ、ネギ、しょうが、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、かき</small></p> <p>赤箱牛乳 ゴマポッキー</p>	<p>12 親子丼 みそ汁(厚揚げ、ねぎ) 小松菜の和え物(おかか) ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】鶏肉、鶏卵、生揚げ、ソファール、チーズ 【黄】精白米、おし麦、油、はちや棒 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、ネギ、こまつな、りょうとうもろやし</small></p> <p>麦茶 はちや棒 チーズ</p>	<p>13 麦ご飯 みそ汁(豆腐、ワカメ) 八宝菜 茹で卵 ブルーン</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚・かた、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、油、三温糖 【緑】ワカメ、ネギ、はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ、ピーマン、線りあげ</small></p> <p>麦茶 米粉いちごスティックケーキ</p>	
<p>15 あずきご飯 みそ汁(麩) スパイシーチキン デークニーイリチー バナナ</p> <p><small>【赤】鶏、もも、豚・かた、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、もち米、焼き、油、くずでん粉、砂糖 【緑】こまつな、にんにく、大根、にんじん、さやいんげん、バナナ</small></p> <p>EM酪農牛乳 マフィン</p>	<p>16 キッズピビンバ すまし汁(豆腐、わかめ) 大豆の甘辛炒め 柿</p> <p><small>【赤】豚肉、豆腐、大豆、しらす、ツナ、味付小魚 【黄】精白米、おし麦、ごま油、三温糖、ごま、油 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ、しいたけ、にんじん、りょうとうもろやし、ほうれん草、わかめ、ネギ、かき、味付けのり</small></p> <p>麦茶 みそおにぎり 味付小魚</p>	<p>17 麦ご飯 みそ汁(白菜、わかめ) まぐろカツ(ゴマ) 人参ソシソ(シラス) りんご</p> <p><small>【赤】きはだまぐろ、豆乳、しらす、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、ゴマ、パン粉、油、ごま油、三温糖 【緑】はくさい、ワカメ、にんじん、ネギ、りんご</small></p> <p>赤箱牛乳 米粉ガトーショコラ</p>	<p>18 ふりかけご飯 春雨スープ 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃサラダ ミニゼリー</p> <p><small>【赤】豚・かた、しるさげ 【黄】精白米、おし麦、はるさめ、油、三温糖、じゃが芋、さつま芋、油 【緑】レタス、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、かぼちゃ、きゅうり</small></p> <p>りんごジュース 誕生会ケーキ</p>	<p>19 もずく丼 ゆし豆腐 小松菜としめじのおかか和え のチーズ(鉄分入り) 日</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、鶏卵、ゆし豆腐、チーズ、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、油、食パン 【緑】沖繩もずくにんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、ネギ、こまつな、しめじ、キャベツ</small></p> <p>EM酪農牛乳 フレンチトースト</p>	<p>20 野菜そば 蒸し芋 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豚肉、がらこ 【黄】沖繩そば、油、さつま芋、精白米 【緑】にんじん、キャベツ、りょうとうもろやし、温州みかん</small></p> <p>麦茶 ふりかけおにぎり</p>	
<p>22 あわご飯 みそ汁(厚揚げ) なすの挽き肉炒め 大根と柿の甘酢合え</p> <p><small>【赤】生揚げ、豚ひき肉、EM牛乳、脱脂粉乳 【黄】精白米、あわ、精白粒、油、砂糖、薄力粉 【緑】ワカメ、ネギ、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、大根、かきもも、缶</small></p> <p>EM酪農牛乳 ビーチマフィン</p>	<p>23</p> <p style="font-size: 2em;">勤労感謝の日</p> 	<p>24 ふりかけご飯 みそ汁(小松菜、えのき) 豆腐ハンバーグ のきんぴら風煮(れんこん) 日 りんご</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、ツナ缶、豆乳、鶏ひき肉、しらす、油揚げ、味付小魚 【黄】精白米、おし麦、パン粉、油、三温糖、ごま、砂糖 【緑】はくさい、えのき、ネギ、にんじん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、りんご</small></p> <p>麦茶 いなり寿司 味付小魚</p>	<p>25 麦ご飯 みそ汁(なす) 揚げ魚のケチャップ煮 白菜サラダ 青切りみかん</p> <p><small>【赤】キングクリップ、牛乳、カラム 【黄】精白米、おし麦、油、三温糖、砂糖、油、薄力粉、バター 【緑】ナス、根深ねぎ、たまねぎ、ピーマン、はくさい、りんご、きゅうりにんじん、温州みかん、干しぶどう</small></p> <p>赤箱牛乳 レーズンクッキー</p>	<p>26 ロールパン きのこシチュー トマトサラダ シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚・かた、牛乳、脱脂粉乳、しらす、チーズ 【黄】ロールパン、油、じゃが芋、薄力粉、バター、三温糖、オリーブ油、シークワサーゼリー、精白米 【緑】にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、エリンギ、しいたけ、しめじ、トマト、きゅうり、ワカメ</small></p> <p>麦茶 ゆかりおにぎり チーズ(鉄分入り)</p>	<p>27 麦ご飯 みそ汁(冬瓜、山東菜) 厚揚げ豆腐と野菜のうま煮 きゅうりと竹輪の和え物 黄桃缶</p> <p><small>【赤】豆腐、豚・かた、竹輪 【黄】精白米、おし麦、油、三温糖 【緑】とうがん、さんとうさい、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり</small></p> <p>麦茶 せんべい</p>	
<p>29 納豆みそご飯 ちむしんじ タマナーチャンプルー 青切りみかん</p> <p><small>【赤】挽きわり納豆、豚ひき肉、豚・かた、豚レバー、沖繩豆腐、EM牛乳 【黄】精白米、三温糖、じゃが芋、油、砂糖、バター 【緑】ネギ、にんじん、にんにく、キャベツ、たまねぎ、ニラ、温州みかん、かぼちゃ</small></p> <p>EM酪農牛乳 かぼちゃクッキー</p>	<p>30 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) きびなごの蒲焼き風 白和え(ほうれん草、ひじき) 柿</p> <p><small>【赤】スルルー、沖繩豆腐、ツナ缶、鶏肉 【黄】精白米、おし麦、油、三温糖、ごま、バター 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、ほうれん草、うひじき、にんじん、かきたまねぎ、コン、グリーンピース</small></p> <p>赤箱牛乳 さつま芋ステック</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  <div style="text-align: center;"> <h2 style="font-size: 2em;">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、願いを込めて制定されました。食文化の継承と食の大切さを伝えることを目指します。</p> </div>  </div>				<p>29 納豆みそご飯 ちむしんじ タマナーチャンプルー 青切りみかん</p> <p><small>【赤】挽きわり納豆、豚ひき肉、豚・かた、豚レバー、沖繩豆腐、EM牛乳 【黄】精白米、三温糖、じゃが芋、油、砂糖、バター 【緑】ネギ、にんじん、にんにく、キャベツ、たまねぎ、ニラ、温州みかん、かぼちゃ</small></p> <p>EM酪農牛乳 かぼちゃクッキー</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・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