

# 予 定 献 立 表

2022年3月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
	<b>1</b> あわご飯 みそ汁(チンゲン菜,しめじ) 鯖の梅焼き デークニーイリチー りんご <small>【赤】さば,豚,かた,EM牛乳,豆腐,きな粉 【黄】精白米,あわ,三温糖,油,ホットケーキ,砂糖 【緑】チンゲンサイ,しめじ,梅干し,大根,にんじん,さやいんげん,りんご</small> EM酪農牛乳      もちもちドーナツ	<b>2</b> 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) 豚肉のしょうが焼き かぼちゃ含め煮 パナナ <small>【赤】豚,かた,赤箱牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,さつま芋,バター,三温糖,ゴマ 【緑】キャベツ,えのき,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,しょうが,かぼちゃ,パナナ</small> 赤箱牛乳      スイートポテト	<b>3</b> ちらしずし(鮭) すまし汁(花麩) ひな祭 祭 ブロッコリー和え りいちご      三色花ゼリー <small>【赤】鶏卵,べにざけ,ウインナー,みどり調整豆乳,脱脂粉乳,牛乳 【黄】胚芽米,砂糖,油,ごま,焼きふ,ゼリー,薄力粉 【緑】ひじき,さやいんげん,たまねぎ,ワカメ,ブロッコリー,コーン,にんじん,いちご,もも,缶</small> みどり調整豆乳      桃のマフィン	<b>4</b> 麦ご飯 みそ汁(カラシ,じゃが芋) 鮭のマヨネーズ焼き ひじき炒め パナナ <small>【赤】べにざけ,豚,かた,大豆,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,マヨドレ,こんにやく,油,薄力粉,砂糖,ごま,油 【緑】からしな,しめじ,たまねぎ,ひじき,にんじん,さやいんげん,パナナ</small> 麦茶      サーターアンダーギー	<b>5</b> 麦ご飯 みそ汁(小松菜,豚肉,えのき) 鶏と大根の煮物 ミートボール 黄桃缶 <small>【赤】豚,かた,鶏,もも 【黄】精白米,おし麦,油,ごま,さつまいも 【緑】こまつな,えのき,大根,にんじん,しいたけ</small> 麦茶      蒸し芋
<b>7</b> タコライス コーンスープ 味付小魚 あまなつ <small>【赤】牛,ひき肉,豚レバー,ピザチーズ,味付小魚,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,ホットケーキ,ゴマ 【緑】にんにく,たまねぎ,にんじん,レタス,トマト,ワカメ,根深ねぎ,なつみかん,スイートコーン</small> EM酪農牛乳      セサミスティック	<b>8</b> もずく丼 ゆし豆腐 白菜の和え物 プルーン <small>【赤】豚ひき肉,鶏卵,ゆし豆腐 【黄】精白米,おし麦,砂糖,油 【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,はくさい,きゅうり,プルーン,塩昆布. 味付けのり</small> 麦茶      塩昆布おにぎり	<b>9</b> ふりかけご飯 具たくさんみそ汁 きゅうりともやしの和え物 りんご <small>【赤】豚肉,EM牛乳,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,三温糖,油 【緑】なが昆布,にんじん,大根,しいたけ,きゅうり,りょくとうもやし,りんご,ほうれんそう</small> EM酪農牛乳      スコーン(ほうれん草,チーズ)	<b>10</b> 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,えのき) 豆腐のあげぼの揚げ 人参シリシリ(シラス) パイン缶 <small>【赤】べにざけ,沖繩豆腐,しらす,赤箱牛乳 【黄】精白米,おし麦,やま芋,油,ごま油,薄力粉,三温糖 【緑】チンゲンサイ,えのき,ネギ,にんじん,パイナップル,缶</small> 赤箱牛乳      ちんすこう	<b>11</b> カレーライス(根菜) 切り干し大根サラダ ソワール元気ヨーグルト <small>【赤】豚,かた,鶏レバー,ツナ缶,ソワール 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,オリブ油,ごま,三温糖,はちや棒 【緑】たまねぎ,にんじん,れんこん,しょうが,にんにく,切り干し大根,きゅうり</small> 麦茶      はちや棒      チーズ	<b>12</b> 麦ご飯 みそ汁(かぶ) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) プルーン <small>【赤】鶏,もも,豚,かた 【黄】精白米,おし麦,はちみつ,油,ごま 【緑】かぶ,かぶ,葉,にんにく,キャベツ,にんじん,ピーマン,りょくとうもやし,プルーン</small> 麦茶      ブルーベリークレープ
<b>14</b> 麦ご飯 すまし汁(白菜,トマト) 魚の味噌照り焼き ケーブイリチー デコボン <small>【赤】あこうだい,豚,かた,カマボコ,EM牛乳,まぐろ,缶詰 【黄】精白米,おし麦,三温糖,こんにやく,油,食パン,マヨドレ 【緑】はくさい,ワカメ,しょうが,昆布,しいたけ,にんじん,タンゴール,キャベツ,コーン</small> EM酪農牛乳      ツナサンド	<b>15</b> あわご飯 じゃこひじきふりかけ さつま汁 白和え(ほうれん草・人参) りんご <small>【赤】しらす,鶏,もも,沖繩豆腐,ツナ缶,赤箱牛乳,きな粉 【黄】精白米,あわ,ごま,油,三温糖,さつま芋,こんにやく,マヨドレ 【緑】ひじき,大根,にんじん,根深ねぎ,ほうれんそう,りんご</small> 赤箱牛乳      チーズ蒸しパン	<b>16</b> 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ,油揚げ) シイラの塩麴焼き いんげんソテー チーズ(鉄分) <small>【赤】油揚げ,しいら,豚,かた,EM牛乳,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,油,砂糖,薄力粉 【緑】かぼちゃ,ネギ,さやいんげん,りょくとうもやし,にんじん,コーン,ほうれんそう</small> EM酪農牛乳      ガトーショコラ	<b>17</b> ゆかりご飯 みそ汁(キャベツ,さつま芋) ハンバーグ つけ合わせ野菜 オレンジ <small>【赤】牛,ひき肉,豚ひき肉,沖繩豆腐 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,じゃが芋,油,ケーキ 【緑】キャベツ,たまねぎ,コーン,ブロッコリー,カリフラワー,オレンジ</small> ぶどうジュース      誕生会ケーキ	<b>18</b> ロールパン チキンチャウダー 小松菜のおかか和え パナナ <small>【赤】鶏,もも,豚肉,牛乳,クリーム味付小魚 【黄】ロールパン,じゃが芋,オリブ油,バター,薄力粉,精白米 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリー,グリーンピース,こまつな,りょくとうもやし,パナナ,味付けのり</small> 麦茶      ふりかけおにぎり      味付小魚	<b>19</b> 卒園式 食育の日  <small>【赤】 【黄】 【緑】</small>
<b>春分の日</b> 	<b>22</b> 納豆ごはん ちむしんじ パパイイリチー パイン缶 <small>【赤】納豆,豚,かた,豚レバー,まぐろ,缶詰,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,米粉,三温糖 【緑】ネギ,にんにく,パイア,にんじん,ニラ,パイナップル,缶,パナナ</small> 赤箱牛乳      米粉のパナナケーキ(コア)	<b>23</b> 麦ご飯 みそ汁(山東菜,ふ) 鶏のから揚げ 野菜炒め(ブロッコリー) りんご <small>【赤】鶏,もも,豚,かた 【黄】精白米,おし麦,焼きふ,薄力粉,油 【緑】さんとうさい,しょうが,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,りんご,昆布,ネギ</small> 麦茶      クファジュシーおにぎり	<b>24</b> 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,しめじ) 鯖の香味焼き 野菜炒め(ブロッコリー) デコボン <small>【赤】さば,豚,かた 【黄】精白米,おし麦,三温糖,油,ごま,砂糖 【緑】チンゲンサイ,しめじ,しょうが,にんにく,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,タンゴール</small> 野菜ジュース      クッキー	<b>25</b> 麦ご飯 ビーフシチュー ウインナー フルーツサラダ <small>【赤】牛,かた,ロス,豚レバー,クリーム,ヨーグルト,調整豆乳,ウインナー 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,薄力粉,バター,食パン 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,ピーマン,スイートコーン,みかん,パナナ,干しぶどう,ブルーベリー,ジャム みどり調整豆乳      ジャムパン</small>	<b>26</b> お弁当会  麦茶      せんべい
<b>28</b> あわご飯 みそ汁(白菜,しいたけ) チキンママレード煮 きんぴら風煮(れんこん) シークワーサーゼリー <small>【赤】鶏,手羽,豚ひき肉,豆乳,ツナ缶 【黄】精白米,あわ,油,シークワーサーゼリー,薄力粉 【緑】はくさい,しいたけ,オレンジ,ママレード,にんじん,ごぼう,れんこん,さやいんげん,沖繩もずく,ニラ</small> 麦茶      もずく入りひらやちー	<b>29</b> ふりかけご飯 みそ汁(大根,厚揚げ) わかさぎのオランダ揚げ 白菜サラダ チーズ(鉄分) <small>【赤】生揚げ,わかさぎ,豆乳,チーズ,赤箱牛乳,豆腐 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,砂糖,ホットケーキ,ゴマ 【緑】大根,ネギ,にんじん,たまねぎ,パセリ,はくさい,りんご,きゅうり</small> 赤箱牛乳      ごまごま豆腐パン	<b>30</b> 野菜そば 煮豆 りんご <small>【赤】豚肉,カマボコ,大豆 【黄】沖繩そば,油,砂糖,精白米 【緑】にんじん,キャベツ,りょくとうもやし,真昆布,りんご,梅干し,味付けのり</small> 麦茶      梅おかかおにぎり	<b>31</b> 中華丼 みそ汁(厚揚げ,水菜) きゅうり竹輪 オレンジ <small>【赤】豚,かた,生揚げ,竹輪,EM牛乳,豆乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,三温糖,くずでん粉,砂糖 【緑】はくさい,にんじん,しいたけ,ピーマン,きょうな,きゅうり,オレンジ</small> 赤箱牛乳      豆乳のくずもち	園での昼食、おやつ、クッキングなど、いろいろ制限はありましたが、工夫をしながらお友達や先生と楽しい時間を過ごしてきたこの1年。こどもたちは心も体も見違える大きく成長しました。	

※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