

# 予 定 献 立 表

2022年4月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
<p>～ご入園、ご進級おめでとうございます～</p> <p>春の暖かな日差しの中、新しい環境での生活がスタートしました。健康やかな成長には「早寝・早起き・朝ごはん、そして運動」のリズムがとても大切です。朝ごはんをしっかり食べて元気いっぱい遊べる生活リズムを作っていきます。</p>					
<p>入園式</p>				<p>1 カレーライス(ポーク) 大根サラダ ミニゼリー(プルーン)</p> <p>【赤】豚かた肉、鶏レバー、みどり調整豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、じゃが芋 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、大根</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳    じゃが芋</p>	<p>2 麦ご飯 みそ汁(大根) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(もやし、ひじき) バナナ</p> <p>【赤】鶏・もも、豚かた 【黄】精白米、おし麦、はちみつ、油 【緑】大根、大根・葉、にんにく、にんじん、キャベツ、りよくとうもろこし、ひじき、バナナ</p> <p style="text-align: center;">米粉スイートポテト</p>
<p>4 あわご飯 すまし汁(玉ねぎ、わかめ) マーボー豆腐 ナムル(春雨)</p> <p>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、鶏ささ身、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、あわ、きび砂糖、ごま油、はるさめ、米粉、油 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、こら、ほうれんそう、きゅうり、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳    米粉のバナナケーキ(ココア)</p>	<p>5 ふりかけご飯 みそ汁(かぼちゃ、油揚げ) レバーのごまソースあえ 白菜サラダ パン缶</p> <p>【赤】油揚げ、豚レバー、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油 【緑】かぼちゃ、ネギ、しょうが、はくさい、りんご、きゅうり、にんじん、パンアップル・缶、干しぶどう</p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳    スコーン</p>	<p>6 スパゲティナポリタン アーサ汁 ブロッコリーソテー りんご</p> <p>【赤】豚かた、チーズ、豆腐、しらす、チーズ 【黄】スパゲティ麺、オリーブ油、油、精白米、ごま、きび砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、トマト、ピーマン、あおさ、ブロッコリー、コーン、りんご、にんじん、ひじき</p> <p style="text-align: center;">じゃこひじきおにぎり    チーズ(鉄分)</p>	<p>7 麦ご飯 みそ汁(からし菜、じゃが芋) 鯖のカレー焼き 人参シリシリ(シラス) バナナ</p> <p>【赤】さば、しらす、EM牛乳、豚かた 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、ごま油、そうめん、油、きび砂糖 【緑】からし菜、にんじん、ネギ、バナナ、たまねぎ、こら</p> <p style="text-align: center;">ソーメンチャンプルー</p>	<p>8 麦ご飯 ゆし豆腐 肉じゃが キャベツサラダ</p> <p>【赤】ゆし豆腐、牛・かた、牛乳、きな粉、豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、じゃが芋、こんにゃく、きび砂糖、食パン 【緑】ネギ、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、キャベツ、みかん</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳    パン(きな粉クリーム)</p>	<p>9 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、玉ねぎ) ポークのアップルソース 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) プルーン</p> <p>【赤】豚かた、まぐろ・缶詰 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、ネギ、りんご、キャベツ、にんじん、りよくとうもろこし、ピーマン、なつみかん</p> <p style="text-align: center;">ブルーベリークレープ</p>
<p>11 ふりかけご飯 みそ汁(白菜、大根、しいたけ) 厚揚げのそぼろ煮(春雨) さつま芋の甘煮 シークワーサーゼリー</p> <p>【赤】豚ひき肉、厚揚げ、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、はるさめ、さつま芋、はちみつ、シークワーサーゼリー、フレーク 【緑】はくさい、大根、しいたけ、にんじん、さやいんげん</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳    コーンフレーク</p>	<p>12 お弁当会</p>  <p>【赤】 【黄】 【緑】</p> <p style="text-align: center;">野菜ジュース    せんべい</p>	<p>13 麦ごはん(油みそ) そうめん汁 からし菜チャンプルー りんご</p> <p>【赤】ツナ缶、沖縄豆腐、豚かた、EM牛乳、鶏卵 【黄】精白米、きび砂糖、油、そうめん、薄力粉、黒砂糖、サイダー 【緑】しいたけ、ネギ、からし菜、にんじん、たまねぎ、りんご</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳    そべポーポー</p>	<p>14 麦ご飯 すまし汁(小松菜、しめじ) 鯖のごま味噌焼き 冬瓜の煮物 いちご</p> <p>【赤】しらす、鶏・もも、赤箱牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、ごま、きび砂糖、ごま油、薄力粉、油 【緑】こまつな、しめじ、とうがん、にんじん、さやいんげん、いちご</p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳    三月菓子</p>	<p>15 チキンピラフ すまし汁(絹ごし、小松菜) マカロニサラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p>【赤】鶏・もも、豆腐、まぐろ・缶詰、ソファール、みどり調整豆乳 【黄】精白米、油、スパゲティ麺、マヨネーズ、さつま芋 【緑】たまねぎ、にんじん、グリーンピース、にんにく、こまつな、きゅうり</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳    蒸し芋</p>	<p>16 親子ウオーケラリー</p>  <p>【赤】 【黄】 【緑】</p>
<p>18 あわご飯 みそ汁(冬瓜、山東菜) 豚肉のケチャップ煮 粉ふきいも(青のり) バナナ</p> <p>【赤】豚かた、EM牛乳、豆腐 【黄】精白米、あわ、油、じゃが芋、ホットケーキ、ごま 【緑】とうがん、さんとうさい、たまねぎ、ピーマン、黄ピーマン、あおのり、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳    もちもちドーナツ</p>	<p>19 あわご飯 すまし汁(冬瓜、水菜) 食育松風焼き の白菜の和え物 日デコポン</p> <p>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、まぐろ・缶詰、赤箱牛乳、きな粉 【黄】精白米、あわ、パン粉、油、きび砂糖、ごま、くずでん粉、黒砂糖 【緑】こまつな、えのき、大根、にんじん、さやいんげん、いちご、たまねぎ、コーン、グリーンピース、黄桃缶</p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳    黒糖くずもち</p>	<p>20 もずく丼 みそ汁(山東菜、ふ) 土佐和え りんご</p> <p>【赤】豚ひき肉、鶏卵、EM牛乳、チーズ、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、焼き豆腐、薄力粉、きび砂糖 【緑】沖繩もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、さんとうさい、きゅうり、りんご、コーン</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳    チーズタルト</p>	<p>21 ゆかりご飯 みそ汁(チンゲン菜、しめじ) 魚フライタルタルソース ブロッコリーの和え物 バナナ</p> <p>【赤】しいら、豆乳、鶏卵、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、パン粉、油、マヨネーズ、ホットケーキ 【緑】チンゲンサイ、しめじ、たまねぎ、きゅうり、赤ピーマン、ブロッコリー、トマト、バナナ、にんじん</p> <p style="text-align: center;">ぶどうジュース    誕生会ケーキ</p>	<p>22 カレーライス(根菜) モズク酢 チーズ(鉄分)</p> <p>【赤】豚かた、鶏レバー、チーズ、調整豆乳、ウインナー 【黄】精白米、おし麦、さつま芋、オリーブ油、きび砂糖、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、れんこん、しょうが、にんにく、沖繩もずく、きゅうり、みかん、キャベツ、ブルーベリージャム</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳    ジャムパン</p>	<p>23 焼きそば みそ汁(厚揚げ、ねぎ) 小松菜とコーンのゴマ和え オレンジ</p> <p>【赤】豚かた、生揚げ、ツナ缶 【黄】中華めん、ごま油、ごま、きび砂糖、精白米、マヨネーズ 【緑】たまねぎ、にんじん、しいたけ、キャベツ、ピーマン、ネギ、こまつな、コーン、オレンジ、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">ツナマヨおにぎり</p>
<p>25 納豆ごはん イナムドチ タマナーチャンプルー バナナ</p> <p>【赤】納豆、豚かた、カマボコ、沖縄豆腐、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにゃく、油、さつま芋、バター、きび砂糖 【緑】大根、しいたけ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こら、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳    キャラメルポテト</p>	<p>26 あわご飯 みそ汁(小松菜、えのき) まぐろカツ デークニーイリチー 黄桃缶</p> <p>【赤】きはだまぐろ、豆乳、豚かた、鶏肉、赤箱牛乳 【黄】精白米、あわ、薄力粉、パン粉、油、バター 【緑】こまつな、えのき、大根、にんじん、さやいんげん、いちご、たまねぎ、コーン、グリーンピース、黄桃缶</p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳    コーンのお焼き</p>	<p>27 竹の子ご飯 みそ汁(チンゲン菜、絹ごし) 鯖の塩焼き かぼちゃサラダ りんご</p> <p>【赤】鶏ひき肉、豆腐、しらす、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、マヨネーズ、強力粉、黒砂糖 【緑】たけのこ、にんじん、チンゲンサイ、かぼちゃ、きゅうり、りんご、干しぶどう</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳    黒糖カステラ</p>	<p>28 ロールパン ポークビーンズ(レバー) コーンスープ スティックキュウリ デコポン</p> <p>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、鯖フレーク 【黄】ロールパン、スパゲティ麺、油、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、きゅうり、タンゴール、こまつな、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">青菜おにぎり(鯖)</p>	<p>29 昭和の日</p> 	
				<p>30 親子丼 みそ汁(白菜) 土佐和え りんご</p> <p>【赤】鶏肉、鶏卵、豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、全粒粉、薄力粉、きび砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、はくさい、わかめ、りんご、きゅうり</p> <p style="text-align: center;">カップケーキ</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