

予定献立表

2023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。子どもたちがとても大切です。朝ごはんをしっかりと食べて元気いっぱい遊ぶ生活リズムを作っていきます。</p> 					
					<p>1 麦ご飯 みそ汁(なす) チキンママレード煮 野菜炒め(キャベツ,たまねぎ) りんご</p> <p>【赤】成鶏・手羽,豚肉,チーズ,ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米,おし麦,油 【緑】ナス,ワカメ,ネギ,オレンジ,ママレード,キャベツ,たまねぎ,にんじん,りんご</p> <p>麦茶 おかかチーズおにぎり 味付小魚</p>
<p>3 ふりかけご飯 すまし汁(ほうれん草,大根) 肉じゃが キャベツの塩昆布和え フルーツゼリー(巨峰)</p> <p>【赤】輸入牛,かたろ,グリーンピース,ゆでEM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,こんにやく,しらたき,きび砂糖,食パン 【緑】ほうれん草,大根,たまねぎ,にんじん,キャベツ,きゅうり,塩昆布,いちご,ジャム</p> <p>EM酪農牛乳 玄米フレークスナック</p>	<p>4 麦ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 鮭のマヨネーズ焼き 人参ソシソ(シラス) いちご</p> <p>【赤】ゆし豆腐,べにざげ,しらす,赤箱牛乳,豆乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,マヨドレ,ごま油,薄力粉,油 【緑】ネギ,しめじ,たまねぎ,にんじん,いちご,沖縄もずく,コウ</p> <p>赤箱牛乳 もずく入りひらやちー</p>	<p>5 スパゲティーミートソース アーサ汁 キャベツサラダ チーズ10鉄分入り</p> <p>【赤】豚ひき肉,牛,ひき肉,豚レバー,チーズ,豆腐,型抜き チーズ10鉄分,しらす 【黄】スパゲティ麺,オリーブ油,薄力粉,バター,きび砂糖,精白米,ごま 【緑】にんじん,たまねぎ,しいたけ,あおさ,キャベツ,みかん,にんじん,ひじき</p> <p>麦茶 じゃこひじきおにぎり</p>	<p>6 麦ご飯 みそ汁(小松菜,しめじ) 鯖のカレー焼 ブロッコリーソテー バナナ</p> <p>【赤】さば,豚かた肉,赤箱牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,さつま芋,バター,きび砂糖,ゴマ(黒) 【緑】こまつな,しめじ,ネギ,ブロッコリー,にんじん,コーン,バナナ</p> <p>赤箱牛乳 スイートポテ</p>	<p>7 もずく丼 みそ汁(白菜,油揚げ) 土佐和え プルーン</p> <p>【赤】豚ひき肉,鶏卵,油揚げ,EM牛乳,チーズ,牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,薄力粉 【緑】沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,はくさい,きゅうり,プルーン,コーン</p> <p>EM酪農牛乳 コーンのお焼き(卵抜)</p>	<p>8 親子ウオーケラリー大会</p>  <p>【赤】 【黄】 【緑】</p>
<p>10 カレーライス(ポーク) 白菜の和え物 バナナ</p> <p>【赤】豚かた肉,鶏レバー,まぐろ,缶詰,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,玄米フレーク,マッシュマロ 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,はくさい,バナナ</p> <p>EM酪農牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>11 お弁当会</p>  <p>【赤】 【黄】 【緑】</p> <p>野菜ジュース せんべい</p>	<p>12 麦ご飯 みそ汁(ほうれん草,えのき) さばのおろし煮 かぼちゃと豚肉のうま煮 清見みかん</p> <p>【赤】さば,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,食パン,バター 【緑】ほうれん草,えのき,しょうが,大根,かぼちゃ,たまねぎ,さやいんげん,しょうが,タンゴール</p> <p>EM酪農牛乳 シナモントースト</p>	<p>13 麦ご飯 みそ汁(かぶ,ワカメ) 豚肉のケチャップ煮 白菜サラダ 味付小魚</p> <p>【赤】豚かた肉,ゴマなしミニフィッシュ,赤箱牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,ケーキ 【緑】かぶ,ワカメ,たまねぎ,ピーマン,黄ピーマン,生,はくさい,りんご,きゅうり,にんじん</p> <p>赤箱牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>14 麦ご飯 すまし汁(白菜,しめじ) 鮭のごま味噌焼き パパイヤイリチー りんご</p> <p>【赤】しろさげ,まぐろ,缶詰,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 【緑】はくさい,しめじ,パパイヤ,にんじん,コウ,りんご</p> <p>赤箱牛乳 三月菓子</p>	<p>15 麦ご飯 みそ汁(大根) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(青菜) パン缶</p> <p>【赤】成鶏,もも,豚かた肉,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,はちみつ,油,薄力粉,炭酸飲料,サイダー,黒砂糖 【緑】大根,にんにく,チンゲンサイ,にんじん,りよくとうもやし,パインアップル,缶</p> <p>麦茶 そペーパー</p>
<p>17 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー バナナ</p> <p>【赤】納豆,豚かた肉,カマコ,沖縄豆腐,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,薄力粉,きび砂糖,はちみつ,さつま芋 【緑】大根,しいたけ,からしな,にんじん,たまねぎ,バナナ</p> <p>EM酪農牛乳 さつまいも蒸しカップ</p>	<p>18 麦ごはん クリームシチュー(豚肉) 小魚サラダ シークワサーゼリー</p> <p>【赤】豚,かた,赤肉,クリーム牛乳,しらす 【黄】精白米,じゃが芋,油,薄力粉,バター,ごま油,シークワサーゼリー,精白米,ごま 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリー,さやいんげん,キャベツ,ひじき,コーン,塩昆布,味付けのり</p> <p>麦茶 塩昆布おにぎり</p>	<p>19 タコライス すまし汁(大根,わかめ,ねぎ) 粉ふきいも(青のり) あまなつ</p> <p>【赤】牛,ひき肉,豚レバー,ピザチーズ,豚肉 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,ごま油 【緑】にんにく,たまねぎ,にんじん,レタス,トマト,大根,ワカメ,ネギ,あおのり,なつみかん</p> <p>ジョア(ブレン) 米粉カボチャマフィン</p>	<p>20 ふりかけご飯 みそ汁(かぼちゃ,油揚げ) 誕生会 鶏のから揚げ ブロッコリーの和え物 プルーン</p> <p>【赤】油揚げ,成鶏,もも,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,強力粉,黒砂糖 【緑】かぼちゃ,根深ねぎ,ショウガ,ブロッコリー,トマト,プルーン,干しぶどう</p> <p>赤箱牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>21 チキンピラフ みそ汁(豆腐,ねぎ) マカロニサラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p>【赤】若鶏,もも,グリーンピース,ゆで,沖縄豆腐,まぐろ,缶詰,ソファール,EM牛乳 【黄】精白米,油,スパゲティ麺,マヨドレ,さつま芋 【緑】たまねぎ,にんじん,にんにく,ネギ,きゅうり</p> <p>EM酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p>22 野菜そば 煮豆 バナナ</p> <p>【赤】豚肉,カマコ,大豆,EM牛乳,鶏肉,グリーンピース,ゆで 【黄】沖縄そば,油,きび砂糖,精白米,バター 【緑】にんじん,キャベツ,りよくとうもやし,真昆布,バナナ,たまねぎ,コーン</p> <p>麦茶 ジャワライス</p>
<p>24 麦ご飯 みそ汁(山東菜,ふ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) かぼちゃサラダ 味付小魚</p> <p>【赤】豚ひき肉,生揚げ,ゴマなしミニフィッシュ,挽きわり納豆 【黄】精白米,おし麦,焼きふ,油,はるさめ,じゃが芋,マヨドレ,きび砂糖 【緑】さんとうさい,にんじん,さやいんげん,かぼちゃ,きゅうり,ネギ,焼きのり</p> <p>飲む野菜と果実 納豆みそおにぎり</p>	<p>25 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,絹ごし) 鮭の塩焼き 野菜炒め(キャベツ,チンゲン) りんご</p> <p>【赤】豆腐,しろさげ,豚かた肉,EM牛乳,きな粉,豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,食パン,きび砂糖 【緑】チンゲンサイ,キャベツ,にんじん,りよくとうもやし,さやいんげん,りんご</p> <p>EM酪農牛乳 パン(きな粉クリーム)</p>	<p>26 ゆかりご飯 みそ汁(小松菜,えのき) まぐろカツ(ソース) ひじき炒め 清見みかん</p> <p>【赤】きはだまぐろ,豆乳,豚肉,大豆,赤箱牛乳,しらす 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,パン粉,油,こんにやく,しらたき,油,米粉,ごま油,きび砂糖 【緑】こまつな,えのき,ひじき,にんじん,さやいんげん,タンゴール,コウ,コーン</p> <p>赤箱牛乳 チヂミ</p>	<p>27 中華丼 なめこ汁(ネギ) きゅうり竹輪 りんご</p> <p>【赤】豚,かた,赤肉,豆腐,竹輪,赤箱牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,米粉 【緑】はくさい,にんじん,しいたけ,ピーマン,なめこ,ネギ,きゅうり,りんご,いちご,ジャム</p> <p>赤箱牛乳 いちごの米粉クッキー</p>	<p>28 カレーライス(根菜) モズク酢(みかん) チーズ10鉄分入り</p> <p>【赤】豚かた肉,鶏レバー,型抜きチーズ10鉄分,みどり調整豆乳,しらす,チーズ 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,オリーブ油,きび砂糖,食パン,マヨドレ 【緑】たまねぎ,にんじん,れんこん,しょうが,にんにく,沖縄もずく,きゅうり,みかん</p> <p>みどり調整豆乳 じゃこトースト</p>	<p>29 昭和の日</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