

予 定 献 立 表

2024年4月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
1 カレーライス(ポーク) 白菜の和え物 バナナ 入園式	2 もずく丼(しらす) みそ汁(山東菜・ふ) スティックキュウリ 味付小魚	3 スパゲティミートソース アーサ汁 ブロッコリーソテー りんご	4 ふりかけご飯 すまし汁(ほうれん草・大根) 鮭のマヨネーズ焼き 切り干し大根サラダ プルーン	5 麦ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キャベツの塩昆布和え ソファール元気ヨーグルト	6 親子ウオーケラリー大会 
<small>【赤】豚かた肉,鶏レバー,まぐろ・缶詰,EM牛乳,型抜きチーズ10鉄分 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,かりんとう 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,はくさい,バナナ</small> EM酪農牛乳 かりんとう チーズ10鉄分入り	<small>【赤】豚ひき肉,しらす,ゴマなしミニフィッシュ,赤箱牛乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,焼きふ・観世ふ, 【緑】沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,コーン,さんとうさい,きゅうり,味付けのり</small> 赤箱牛乳 きな粉クリームパン	<small>【赤】豚ひき肉,牛・ひき肉,豚レバー,チーズ,豆腐,豚かた肉,ジョア,しらす,油揚げ,ゴマなしミニフィッシュ 【黄】スパゲティ麺,オリーブ油,薄力粉,バター,精白米,きび砂糖,ごま 【緑】にんじん,たまねぎ,しいたけ,あおさ,ブロッコリー,コーン,りんご</small> ジョア(マスカット)80 いなり寿司 味付小魚	<small>【赤】べにざけ,まぐろ・缶詰,赤箱牛乳 【黄】精白米,おし麦,マヨドレ,ごまきび砂糖,さつま芋 【緑】ほうれん草,大根,しめじ,たまねぎ,切り干し大根,きゅうり,にんじん,プルーン</small> 赤箱牛乳 焼き芋	<small>【赤】ゆし豆腐,牛・かた肉,グリーンピース,ソファール,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,しらす,きび砂糖 【緑】ネギ,たまねぎ,にんじん,キャベツ,きゅうり,塩昆布,バナナ</small> EM酪農牛乳 黒棒 バナナ	<small>【赤】 【黄】 【緑】</small>
8 ふりかけご飯 みそ汁(白菜・トマト) 厚揚げのそぼろ煮(春雨) さつま芋の甘煮 バナナ	9 麦ご飯 みそ汁(キャベツ・えのき) 魚てんぷら(マグロ) かぼちゃと豚肉のうま煮 パイン缶	10 麦ご飯 みそ汁(かぶ・ワカメ) ポークのアップルソース 野菜炒め(青菜) プルーン	11 麦ご飯 すまし汁(チンゲン菜・絹ごし) 鮭のごま味噌焼き ナムル りんご	12 ハヤシライス スパゲティサラダ オレンジ	13 うどん(鶏肉) きゅうり竹輪 バナナ
<small>【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,玄米フレーク,マシュマロ 【緑】はくさい,トマト,ワカメ,にんじん,さやいんげん,バナナ</small> EM酪農牛乳 玄米フレークスナック	<small>【赤】きはだまぐろ,豆乳,豚肉,赤箱牛乳 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油 【緑】キャベツ,えのき,かぼちゃ,たまねぎ,さやいんげん,しょうが,パインアップル・缶</small> 赤箱牛乳 わかめおにぎり	<small>【赤】豚かた肉,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,さつま芋,バター,ゴマ 【緑】かぶ,ワカメ,りんご,チンゲンサイ,にんじん,りょくとうもやし,プルーン</small> EM酪農牛乳 スイートポテト	<small>【赤】豆腐,しろさけ,鶏ささ身,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】チンゲンサイ,ほうれん草,りょくとうもやし,にんじん,きゅうり,りんご</small> 赤箱牛乳 三月菓子	<small>【赤】牛肉,鶏レバー,まぐろ・缶詰 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,スパゲティ麺,マヨドレ,食パン 【緑】たまねぎ,にんじん,トマト,ピーマン,きゅうり,干しぶどう,オレンジ,いちご・ジャム</small> 飲む野菜と果実 ジャムパン(食パン)	<small>【赤】成鶏・もも,竹輪,チーズ 【黄】うどん,きび砂糖,精白米 【緑】チンゲンサイ,にんじん,きゅうり,バナナ</small> 麦茶 おかかチーズおにぎり
15 あわご飯 みそ汁(なす) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(キャベツ・ピーマン) 味付小魚	16 お弁当会 	17 麦ご飯 すまし汁(小松菜・しめじ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) 冬瓜の煮物 りんご	18 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ・ねぎ) チンジャオロース モズク酢(みかん) バナナ	19 ご飯 クリームシチュー(豚肉) キュウリとワカメの和え物 ミニゼリー	20 チキン照り焼き丼 ポテトサラダ チーズ10鉄分入り
<small>【赤】成鶏・手羽,豚かた肉,ゴマなしミニフィッシュ,EM牛乳,クリーム,脱脂粉乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,焼きふ・観世ふ,きび砂糖 【緑】ナス,ワカメ,ネギ,たまねぎ,キャベツ,にんじん,ピーマン,りょくとうもやし</small> EM酪農牛乳 ふむふむ(麩のおやつ)	<small>【赤】 【黄】 【緑】</small>	<small>【赤】さば,若鶏・もも,鶏肉,グリーンピース 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,バター 【緑】こまつな,しめじ,しょうが,たまねぎ,とうがん,にんじん,さやいんげん,りんご,コーン</small> 麦茶 ジャワライス	<small>【赤】生揚げ,豚・かた・赤肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油,さつまいも,バター 【緑】ネギ,しょうが,たまねぎ,たけのこ・水煮缶,ピーマン,赤ピーマン,黄ピーマン,沖縄もずく,きゅうり,みかん,バナナ</small> EM酪農牛乳 キャラメルポテト	<small>【赤】豚・かた・赤肉,牛乳,みどり調整豆乳 【黄】じゃが芋,油,きび砂糖,さつま芋,黒砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリー,さやいんげん,きゅうり,ワカメ,レモン</small> EM酪農牛乳 豆乳ウエハース バナナ	<small>【赤】鶏・もも,型抜きチーズ10鉄分,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,マヨドレ 【緑】たまねぎ,赤ピーマン,黄ピーマン,しょうが,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ</small> みどり調整豆乳 蒸し芋 黒糖(3歳〜)
22 あわご飯 みそ汁(キャベツ・油揚げ) 松風焼き トマトサラダ(きゅうり) パイン缶	23 麦ご飯 みそ汁(カラシ・じゃが芋) 鯖の香味焼き ひじき炒め バナナ	24 麦ご飯 みそ汁(白菜・麩) 豆腐ハンバーグ きんぴら風煮(れんこん) オレンジ	25 麦ご飯 おみそ汁(小松菜・えのき) まぐろカツ(ソース) 人参シリシリ(かつお節) 会りんご	26 チキンピラフ すまし汁(絹ごし・ワカメ) マカロニサラダ フルーツゼリー(巨峰)	27 沖縄そば(肉入り) 小松菜としめじのゴマ和え オレンジ
<small>【赤】油揚げ,鶏ひき肉,鶏レバー,しらす 【黄】精白米,あわ精白粒,パン粉,油,きび砂糖,ごま,オリーブ油,ごま 【緑】キャベツ,たまねぎ,トマト,きゅうり,ワカメ,パインアップル・缶,にんじん,ひじき</small> 麦茶 じゃこひじきおにぎり	<small>【赤】さば,豚肉,大豆,EM牛乳,豚かた肉 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,きび砂糖,しらす,油,ごま油 【緑】からしな,しょうが,にんにく,ひじき,にんじん,さやいんげん,バナナ,たまねぎ,コーン</small> 麦茶 ソーメンチャンプルー	<small>【赤】沖縄豆腐,ツナ缶,豆乳,豚ひき肉,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,ふ,パン粉,乾燥油,強力粉・1等,黒砂糖 【緑】はくさい,ネギ,にんじん,ごぼう,れんこん・ゆで,さやいんげん,オレンジ,干しぶどう</small> EM酪農牛乳 黒糖カステラ	<small>【赤】きはだまぐろ,豆乳,赤箱牛乳 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,パン粉,油,ごま油,きび砂糖,ケーキ 【緑】こまつな,えのき,にんじん,ネギ,りんご</small> 赤箱牛乳 誕生会ケーキ	<small>【赤】若鶏・もも,グリーンピース・ゆで,豆腐,まぐろ・缶詰,EM牛乳 【黄】精白米,油,スパゲティ麺,マヨドレ,はちや棒 【緑】たまねぎ,にんじん,にんにく,ワカメ,きゅうり,バナナ</small> EM酪農牛乳 はちや棒 バナナ	<small>【赤】豚肉,カマボコ,ツナ缶 【黄】沖縄そば,きび砂糖,ごま,精白米,油 【緑】なが昆布,にんじん,ネギ,こまつな,しめじ,オレンジ,味付けのり</small> 麦茶 みそおにぎり
29 <h2 style="text-align: center;">昭和の日</h2> 	30 納豆ごはん イナムドチ タマナーチャンプルー バナナ 	~ご入園、ご進級おめでとうございます~ 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しょう。			
<small>【赤】納豆,豚かた肉,カマボコ,沖縄豆腐,赤箱牛乳 【黄】精白米,おし麦,こんにゃく,油,きび砂糖,バター 【緑】大根,しいたけ,キャベツ,にんじん,たまねぎ,コーン,かぼちゃ</small> 赤箱牛乳 かぼちゃクッキー					

※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