

予 定 献 立 表

2024年9月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
<p>2 あわご飯 みそ汁(白菜・しめじ) 厚揚げ豆腐と野菜のうま煮 きゅうりの塩昆布あえ フルーツゼリー(巨峰)</p> <p><small>【赤】厚揚げ豆腐、豚・かた・赤肉、EM牛乳、型抜きチーズ10鉄分 【黄】精白米、あわ精白粒、油、きび砂糖、ステックパン 【緑】はくさい、しめじ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、塩昆布</small></p> <p style="text-align: center;">M酪農牛乳 スティックパン チーズ10鉄分入</p>	<p>3 ハヤシライス 切り干し大根サラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏レバー、まぐろ・缶詰、ソファール、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、ごま、きび砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、切り干し大根、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 豆乳ウエハース バナナ</p>	<p>4 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜・絹ごし) 魚のポテトクリーム焼き 春雨サラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】豆腐、ベにぎ、ツナ缶、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、米粉、油、じゃが芋、はるさめ、きび砂糖、もち米 【緑】チンゲンサイ、コーン、たまねぎ、パセリ、乾、きゅうり、トマト、ワカメ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 フレンチトースト</p>	<p>5 麦ご飯 みそ汁(キャベツ・ワカメ) 豆腐ハンバーグ きんぴら風煮(いんげん) パイン缶</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、ツナ缶、豆乳、豚肉、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、パン粉、油、さつま芋 【緑】キャベツ、ワカメ、ネギ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 蒸し芋</p>	<p>6 麦ご飯 すまし汁(青菜・えのき) 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><small>【赤】成鶏・もも、豚かた肉、さば・缶詰 【黄】精白米、おし麦、はちみつ、油、そうめん 【緑】こまつな、えのき、にんにく、にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、ひじき、バナナ、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ソーメンチャンプルー</p>	<p>7 野菜そば ツナ和え(ゴーヤー・人参) バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、カマボコ、ツナ缶、EM牛乳、豆乳 【黄】沖縄そば、油、マヨドレ、ライ麦・全粒粉、薄力粉、きび砂糖 【緑】にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、ニガウリ、バナナ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スコーン(卵乳なし)</p>
<p>9 あわご飯 みそ汁(小松菜・麩) チキンのケチャップ煮 人参シリシリ(シラス) チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】鶏・手羽、しらす、型抜きチーズ10鉄分、EM牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、ふ、油、ごま油、玄米フレーク、マシュマロ 【緑】こまつな、たまねぎ、にんじん、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 玄米フレークスナック</p>	<p>10 お弁当会</p>  <p><small>【赤】 【黄】 【緑】</small></p> <p style="text-align: center;">野菜ジュース チーズタルト</p>	<p>11 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) レバーの炒め物 ブロッコリーのおかかチーズ和え 桃缶</p> <p><small>【赤】豚レバー、豚かた肉、チーズ、EM牛乳、挽きわり納豆、豚ひき肉 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖 【緑】かぼちゃ、根深ねぎ、にんにく、にんじん、たまねぎ、りょくとうもやし、ニラ、ブロッコリー、桃缶、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 納豆みそおにぎり</p>	<p>12 麦ご飯 ポークビーンズ へちまサラダ シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、まぐろ・缶詰、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、スパゲティ麺、油、オリブ油、きび砂糖、シークワサーゼリー 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、へちま、コーン、トマト、レモン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 豆乳くずもち</p>	<p>13 麦ご飯 みそ汁(冬瓜・ねぎ) さばの蒲焼き(米粉) 磯部和え オレンジ</p> <p><small>【赤】さば、赤箱牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、米粉、油、きび砂糖、くずでん粉、 【緑】とうがんと、ネギ、こまつな、りょくとうもやし、にんじん、焼きのり、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 黒棒 バナナ</p>	<p>14 カレーピラフ コーンスープ(キャベツ) スパゲティサラダ 味付小魚</p> <p><small>【赤】鶏・もも、まぐろ・缶詰、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米、油、スパゲティ麺、マヨドレ、ごま 【緑】たまねぎ、にんじん、コーン、キャベツ、きゅうり、干しぶどう、塩昆布</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり</p>
<p>16 敬老の日</p> 	<p>17 あわご飯 みそ汁(なす) 十生揚げのそぼろ煮(春雨) キャベツサラダ 十五夜デザート</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、生揚げ、赤箱牛乳、豆乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、はるさめ、きび砂糖 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、にんじん、さやいんげん、キャベツ、みかん、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 パインアップルケーキ</p>	<p>18 麦ご飯 すまし汁(大根・わかめ) 魚ハンバーグ ブロッコリーソテー バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、鶏ひき肉、豆乳、豚かた肉、木綿豆腐 【黄】精白米、おし麦、油、パン粉 【緑】大根、ワカメ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 はちや棒 チーズ</p>	<p>19 ふりかけご飯 ソーキ汁(冬瓜) オクラの梅和え オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉ソーキ、EM酪農牛乳 【黄】精白米、おし麦、ケーキ 【緑】なが昆布、にんじん、とうがんと、しいたけ、オクラ、梅干し、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>20 カレーライス(ポーク) おからサラダ パイン缶</p> <p><small>【赤】豚かた肉、鶏レバー、おから、竹輪、みどり調整豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、じゃが芋、マヨドレ、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン、パインアップル、缶、いちご・ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>21 焼きそば みそ汁(厚揚げ・ねぎ) 粉ふきいも 味付小魚</p> <p><small>【赤】豚かた肉、生揚げ、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】中華めん、ごま油、じゃが芋、精白米、きび砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、しいたけ、キャベツ、ピーマン、ネギ、あおのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり</p>
<p>23 振替休日 (秋分の日)</p> 	<p>24 あわご飯 ゆし豆腐(アーサ) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 ブルー</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、牛・かた、ローズ、グリーンピース、EM牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、しらす、きび砂糖、さつま芋、バター 【緑】あおさ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ワカメ、レモン、ブルー</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 やきいも</p>	<p>25 秋鮭ずし みそ汁(白菜・トマト) かぼちゃ含め煮 桃缶</p> <p><small>【赤】鶏卵、ベにぎ、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、ごま、食パン、バター 【緑】ひじき、さやいんげん、はくさい、トマト、ワカメ、かぼちゃ、桃缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きな粉ラスク</p>	<p>26 中華丼 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) 土佐和え オレンジ</p> <p><small>【赤】豚・かた・赤肉、赤箱牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、じゃが芋、薄力粉、サイダー、黒砂糖 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、ピーマン、たまねぎ、ネギ、きゅうり、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 そべポーポー</p>	<p>27 ご飯 チキンチャウダー 小松菜のゴマ和え パイン缶</p> <p><small>【赤】若鶏・もも、牛乳、クリーム、グリーンピース、ゆで 【黄】じゃが芋、オリブ油、バター、薄力粉、ごま、きび砂糖、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、こまつな、りょくとうもやし、パインアップル、缶、梅干し、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 梅おかかおにぎり</p>	<p>28 親子秋まつり</p> 
<p>30 納豆ごはん ちむしんじ タマナーチャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆、豚かた肉、豚レバー、沖縄豆腐、ツナ缶 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、きび砂糖 【緑】にんじん、ネギ、にんにく、キャベツ、たまねぎ、ニラ、オレンジ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり</p>	 <p style="text-align: center;">冷たい物を取り過ぎていませんか?</p> <p style="text-align: center;">子どもは消化吸収が未発達なため、冷たい飲み物を取りすぎると胃腸の働きが低下し、食欲が落ちたり下痢を起こしやすくなります。</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