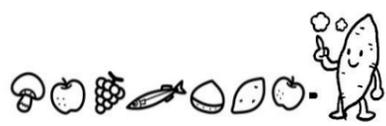


予 定 献 立 表

2024年10月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
	<p>1 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ・水菜) 豚肉のしょうが焼き 人参シソ 青切りみかん</p> <p><small>【赤】生揚げ,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,ごま油,食パン,バター 【緑】たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,しょうが,にんじん,ネギ,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ジャムパン</p>	<p>2 麦ご飯 みそ汁(白菜・さつまいも) 鮭の塩麹焼き 冬瓜の煮物 ハナナ</p> <p><small>【赤】しろさげ,若鶏,もも,しらす,油揚げ 【黄】精白米,おし麦,さつまいも,油,きび砂糖,ごま 【緑】はくさい,とうがん,にんじん,さやいんげん,ハナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司</p>	<p>3 カレーライス チーズ10鉄分入り いもチップ</p> <p><small>【赤】豚かた肉,鶏レバー,チーズ,赤箱牛乳,ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米,おし麦,さつまいも,オリーブ油,紫いもチップ,はちや棒 【緑】たまねぎ,にんじん,れんこん,ゆで,しょうが,にんじん,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 はちや棒 味付小魚</p>	<p>4 あわご飯 みそ汁(キャベツ・厚揚げ) なすの挽き肉炒め モズク酢(みかん)</p> <p><small>【赤】厚揚げ,豚ひき肉,赤箱牛乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,きび砂糖,もち米,ごま 【緑】キャベツ,ナス,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,沖縄もずく,きゅうり,みかん</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 もちもちドーナツ</p>	<p>5 すきやき丼 きゅうりともやしの和え物 青切りみかん</p> <p><small>【赤】輸入牛・かた肉,沖縄豆腐 【黄】精白米,おし麦,油,しらす 【緑】にんじん,はくさい,きゅうり,りよくとともやし,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ふりかけおにぎり</p>
	<p>7 あわご飯 みそ汁(レタス・油揚げ) チキンマレード煮 ゴーヤーチャンプルー プルーン</p> <p><small>【赤】油揚げ,鶏,手羽,沖縄豆腐,豚肉,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,強力粉,黒砂糖 【緑】レタス,オレンジ,マレード,たまねぎ,にんじん,ニカウリ,プルーン,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>8 お弁当会</p>  <p><small>【赤】 【黄】 【緑】</small></p> <p style="text-align: center;">野菜ジュース せんべい</p>	<p>9 きのごスパゲティ みそ汁(白菜・豚肉) きゅうり竹輪 バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚肉,竹輪,豚肉 【黄】スパゲティ麺,ごま油,精白米,油 【緑】にんじん,たまねぎ,しいたけ,しめじ,ピーマン,焼きのり,はくさい,きゅうり,バナナ,昆布,ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 クファジュシーおにぎり</p>	<p>10 納豆みそご飯 そうめん汁 麩チャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】挽きわり納豆,豚ひき肉,豚肉,鶏卵,赤箱牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,そうめん,油,ふ,さつまいも 【緑】ネギ,しいたけ,にんじん,キャベツ,たまねぎ,りよくとともやし,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 蒸し芋</p>	<p>11 親子丼 みそ汁(青菜・えのき) 大根と柿の甘酢和え プルーン</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏卵,赤箱牛乳,ウィンナー,チーズ,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,ホットケーキ,マヨドレ 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,こまつな,えのき,ワカメ,大根,かき,プルーン,キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きやべつマフィン</p>
<p>14 スポーツの日</p> 	<p>15 あわご飯 すまし汁(冬瓜・ネギ) 松風焼き パパイヤイリチー フルーツゼリー(巨峰)</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,まぐろ,缶,赤箱牛乳,豆乳 【黄】精白米,あわ精白粒,パン粉,油,きび砂糖,ごま,米粉 【緑】とうがん,ネギ,たまねぎ,パイア,にんじん,ニラ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 ごまごま豆腐パン</p>	<p>16 麦ご飯 みそ汁(山東菜・豆腐) 鯖のカレー焼 デークニーイリチー バナナ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,さば,豚かた肉,豚肉,型抜きチーズ10鉄分, EM酪農牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖 【緑】さんとうさい,大根,にんじん,さやいんげん,バナナ,ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう チーズ10鉄分</p>	<p>17 麦ご飯 みそ汁(小松菜・ちくわ) チンジャオオロス 土佐和え 黄桃缶</p> <p><small>【赤】竹輪,豚かた肉,赤肉 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油,ケーキ 【緑】こまつな,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,きゅうり,黄桃缶</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(マスカット味) 誕生会ケーキ</p>	<p>18 ごはん クリームシチュー(かぶ) ほうれん草のサラダ パイン缶</p> <p><small>【赤】豚かた肉,赤肉,クリーム,牛乳 【黄】油,じゃが芋,薄力粉,バター,オリーブ油,きび砂糖,精白米 【緑】にんじん,たまねぎ,かぶ,ブロッコリー,またたけ,にんにく,ほうれん草,コーン,パインアップル,缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ホットケーキ</p>	<p>19 チキンピラフ すまし汁(青菜・しめじ) スパゲティサラダ チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】若鶏,もも,グリーンピース,ゆで,まぐろ,缶,型抜きチーズ10鉄分 【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,にんにく,こまつな,しめじ,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>21 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜・じゃが芋) 魚てんぷら ひじき炒め プリン</p> <p><small>【赤】キングクリップ,豆乳,豚肉,大豆,EM牛乳,しらす,チーズ 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,薄力粉,油,しらす,油,食パン,マヨドレ 【緑】チンゲンサイ,ひじき,にんじん,さやいんげん,かき</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 じゃこトースト</p>	<p>22 ふりかけご飯 鮭の北海汁 クービーイリチー プルーン</p> <p><small>【赤】べにざけ,豚かた肉,カマボコ,赤箱牛乳,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,薄力粉,きび砂糖 【緑】大根,にんじん,しめじ,根深ねぎ,昆布,しいたけ,かき,ほうれん草</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 スコーン(ほうれん草・チーズ)</p>	<p>23 マーボー豆腐丼 キャベツサラダ シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,赤箱牛乳,きな粉,豆乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油,シークワーサーゼリー,食パン 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,ニラ,キャベツ,みかん</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 パン(きな粉クリーム)</p>	<p>24 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ・しめじ) 鯖の香味焼き ツナ和え(ほうれん草・人参) 青切りみかん</p> <p><small>【赤】さば,ツナ缶,EM牛乳,型抜きチーズ10鉄分 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,マヨドレ 【緑】かぼちゃ,しめじ,ネギ,しょうが,にんにく,ほうれん草,にんじん,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 豆乳ウエハース チーズ10鉄分</p>	<p>25 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜・麩) レバーのごまソースあえ ポテトサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚レバー,豚かた肉 【黄】精白米,おし麦,ふ,油,きび砂糖,ごま,じゃが芋,マヨドレ,ピーマン,油,ごま油 【緑】チンゲンサイ,しょうが,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ,たまねぎ,にんじん,ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 そーめんチャンプルー</p>	<p>26 沖縄そば 小松菜としめじのゴマ和え ゴマなしミニフィッシュ</p> <p><small>【赤】豚肉,ゆし豆腐,ツナ缶 【黄】沖縄そば,きび砂糖,ごま,精白米,マヨドレ 【緑】なが昆布,にんじん,ネギ,こまつな,しめじ,りんご,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり</p>
<p>28 納豆ごはん イナムドチ タマナーチャンプルー パイン缶</p> <p><small>【赤】納豆,豚かた肉,カマボコ,沖縄豆腐,EM牛乳,チーズ,牛乳 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,薄力粉,きび砂糖 【緑】大根,しいたけ,キャベツ,にんじん,たまねぎ,ニラ,パインアップル,缶,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 コーンのお焼き</p>	<p>29 麦ご飯 みそ汁(なす) 豚肉とチンゲン菜の炒め物 マカロニサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉,まぐろ,缶,赤箱牛乳,クリーム 【黄】精白米,おし麦,はるさめ,ごま油,スパゲティ麺,マヨドレ,薄力粉,きび砂糖,バター 【緑】ナス,ワカメ,ネギ,チンゲンサイ,しょうが,たまねぎ,にんじん,しいたけ,きゅうり,オレンジ,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 レーズンクッキー</p>	<p>30 麦ご飯 コーンスープ(キャベツ) きびなご唐揚げ トマトサラダ(きゅうり) バナナ</p> <p><small>【赤】スルルー小,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,きび砂糖,オリーブ油,くずでん粉 【緑】コーン,キャベツ,トマト,きゅうり,ワカメ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 豆乳のくずもち</p>	<p>31 麦ご飯 カボチャスープ チキン照り焼き ブロッコリーソテー チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】牛乳,成鶏,もも,豚かた肉,型抜きチーズ10鉄分,赤箱牛乳,豆乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,油,バター,薄力粉,きび砂糖 【緑】たまねぎ,かぼちゃ,りんご,ブロッコリー,にんじん,コーン,沖縄もずく,ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 もずく入りひらやちー</p>	<p>～ 味覚の秋 ～</p> <p>過ごしやすい、いろいろなことに取り組みやすい季節です。たくさん体を動かし、秋の味覚をたっぷり味わいましょう。</p> <p>旬の食材を五感で体感することで、豊かな感性や味覚の形成につながります。</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