

予 定 献 立 表

2024年11月分

ぶどうの木保育園

月	火	水	木	金	土
<p>私たちの住む沖縄でも、ようやく秋の深まりを感じるようになり、元気いっぱい外遊びを楽しめる こちよい季節となりました。運動量も増え、食欲も増してくるときです。 旬の食材をたくさんとって、豊かな感性や味覚を育てていきましょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> </div>				<p>1 麦ご飯 みそ汁(キャベツ・しめじ) 肉じゃが きゅうりと竹輪の和え物 プルーン</p> <p><small>【赤】牛・かたろース、グリーンピース、竹輪、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、じゃが芋、しらたき、きび砂糖、かりんとう 【緑】キャベツ、しめじ、ネギ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、プルーン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう バナナ</p>	<p>2 芋ご飯 みそ汁(からし菜・厚揚げ) 鯖の塩焼き 野菜炒め(ブロッコリー) パイン缶</p> <p><small>【赤】生揚げ、さば、まぐろ・缶、赤箱牛乳 【黄】精白米、さつま芋、油、米粉、きび砂糖、バター 【緑】からし菜、ブロッコリー、にんじん、りょくとうもやし、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 かぼちゃクッキー(米粉)</p>
<p>4 振替休日(文化の日)</p> <div style="text-align: center;"> </div>	<p>5 カレーライス(魚) 小松菜の和え物(おかか) パイン缶</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚かた肉、鶏レバー、脱脂粉乳、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、食パン 【緑】にんじん、たまねぎ、にんにく、ピーマン、こまつな、りょくとうもやし、パインアップル・缶、いちご・ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>6 麦ご飯 みそ汁(山東菜・豆腐) まぐろカツ(ソース) 切り干し大根炒め 青切りみかん</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、きはだまぐろ、豆乳、豚肉、カマボコ、挽きわり納豆、豚ひき肉 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、パン粉、油、こんにやく、きび砂糖 【緑】さんとうさい、切り干し大根、にんじん、しいたけ、温州みかん、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり</p>	<p>7 麦ご飯 すまし汁(冬瓜・水菜) ごぼうと牛肉のみそ煮 マヨチーズちくわ バナナ</p> <p><small>【赤】牛・かたろース、竹輪、チーズ、脱脂粉乳、クリーム、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、マヨドレ、さつま芋 【緑】とうがん、ごぼう、にんじん、しょうが、パセリ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 蒸し芋</p>	<p>8 あわご飯 みそ汁(キャベツ・さつま芋) 炒り豆腐(卵なし) きゅうりの梅和え ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、鶏ひき肉、ソファール、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、あわ精白粒、さつま芋、しらたき、油、きび砂糖、くずでん粉、黒砂糖 【緑】キャベツ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、梅干し</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>9 八宝菜(井) 土佐和え チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】豚かた肉、型抜きチーズ10鉄分、まぐろ・缶 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖 【緑】はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ・缶、ピーマン、きくらげ、きゅうり、塩昆布</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布とツナのおにぎり</p>
<p>11 もずく丼(しらす) なめこ汁(ネギ) 大根の甘酢和え 味付小魚</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、しらす、豆腐、ゴマなしミニフィッシュ、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、ライ麦、薄力粉、油 【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、なめこ、ネギ、大根、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>12 お弁当会</p> <div style="text-align: center;"> </div> <p><small>【赤】 【黄】 【緑】</small></p> <p style="text-align: center;">野菜ジュースせんべい</p>	<p>13 麦ご飯 すまし汁(大根・わかめ) 豆腐ハンバーグ きんぴら風煮(れんこん) もも缶</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、ツナ缶、豆乳、鶏ひき肉、赤箱牛乳、ナチュールチーズ・クリーム、牛乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、パン粉、油、きび砂糖、薄力粉 【緑】大根、ワカメ、ネギ、にんじん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>14 スパゲティミートソース みそ汁(白菜・油揚げ) 小松菜とコーンのゴマ和え オレンジ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、牛ひき肉、豚レバー、チーズ、油揚げ、みどり調整豆乳 【黄】スパゲティ麺、オリーブ油、薄力粉、バター、ごまきび砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、はくさい、こまつな、コーン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ちんすこう(手作り)</p>	<p>15 ロールパン きのこシチュー キャベツサラダ フルーツゼリー(巨峰)</p> <p><small>【赤】豚かた肉、牛乳、脱脂粉乳、しらす 【黄】ロールパン、油、じゃが芋、薄力粉、バター、きび砂糖、精白米、ごま 【緑】にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、ひらたけ、エリンギ、しいたけ、しめじ、キャベツ、みかん、にんじん、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 じゃこひじきおにぎり</p>	<p>16 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜・麩) レバーの炒め物 スパゲティサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】豚レバー、豚かた肉、まぐろ・缶 【黄】精白米、おし麦、ふ、油、きび砂糖、スパゲティ麺、マヨドレ、さつま芋 【緑】チンゲンサイ、にんにく、にんじん、たまねぎ、りょくとうもやし、こら、きゅうり、干しぶどう、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 さつま芋スティック</p>
<p>18 あわご飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) チキンのケチャップ煮 人参シリシリ(シラス) シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】鶏・手羽、しらす、EM牛乳、脱脂粉乳、牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、ごま油、シークワサーゼリー、薄力粉、きび砂糖 【緑】チンゲンサイ、えのきたまねぎ、にんじん、ネギ、もも・缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ピーチマフィン(卵除去)</p>	<p>19 麦ご飯 みそ汁(なす) 鶏と大根の煮物 小魚サラダ 青切りみかん</p> <p><small>【赤】若鶏・もも、しらす 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油 【緑】ナス、ネギ、大根、にんじん、しいたけ、キャベツ、ひじき、コーン、温州みかん、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>20 キッズビビンバ みそ汁(冬瓜・ねぎ) かぶの塩昆布あえ 味付小魚</p> <p><small>【赤】豚肉、ゴマなしミニフィッシュ、ジョア、ツナ缶 【黄】精白米、おし麦、ごま油、きび砂糖、ごま油 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ・缶、しいたけ、にんじん、りょくとうもやし、ほうれんそう、とうがん、ネギ、かぶ、塩昆布、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(マスカット)80 はちや棒 チーズ</p>	<p>21 麦ご飯 すまし汁(絹ごし・青菜) ピーマンと豚肉の味噌炒め モズク酢(みかん)</p> <p><small>【赤】豆腐、豚かた肉、赤箱牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油、きび砂糖、ケーキ 【緑】こまつな、ピーマン、赤ピーマン、りょくとうもやし、たまねぎ、沖縄もずく、きゅうり、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>22 麦ご飯 みそ汁(玉ねぎ) わかさぎのオランダ揚げ 野菜炒め(青菜) バナナ</p> <p><small>【赤】わかさぎ、チーズ、豆乳、豚かた肉、EM牛乳、クリーム、脱脂粉乳 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、油、焼きふ、観世ふ、きび砂糖 【緑】たまねぎ、ネギ、にんじん、パセリ、チンゲンサイ、りょくとうもやし、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ふむふむ(麩のおやつ)</p>	<p style="text-align: center;">23 勤労感謝の日</p> <div style="text-align: center;"> </div>
<p>25 納豆ごはん ちむしんじ タマナーチャンプルー パイン缶</p> <p><small>【赤】納豆、豚かた肉、豚レバー、沖縄豆腐、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、スパゲティ麺、黒砂糖 【緑】にんじん、ネギ、にんにく、キャベツ、たまねぎ、こら、パインアップル・缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スコーン</p>	<p>26 麦ご飯 春雨スープ 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた肉、しらさげ、チーズ 【黄】精白米、おし麦、はるさめ、油、きび砂糖、じゃが芋、マヨドレ 【緑】レタス、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、かぼちゃ、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>27 ハヤシライス 小松菜としめじのゴマ和え 型抜きチーズ</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏レバー、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、ごま、きび砂糖、ロールパン 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、こまつな、しめじ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スティックパン</p>	<p>28 ジャワライス コーンスープ(キャベツ) きゅうりともやしの和え物 チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】鶏肉、グリーンピース、型抜きチーズ10鉄分、赤箱牛乳、油揚げ 【黄】精白米、バター、きび砂糖、ごま、さつまいも 【緑】にんじん、たまねぎ、コーン、キャベツ、きゅうり、りょくとうもやし</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 焼き芋</p>	<p>29 ふりかけご飯 みそ汁(大根・油揚げ) ハンバーグ(アレルギー対応) ツナ和え(ほうれん草・人参)</p> <p><small>【赤】油揚げ、牛・ひき肉、豚ひき肉、沖縄豆腐、ツナ缶、赤箱牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、マヨドレ、ホットケーキ、ゴマ 【緑】大根、ネギ、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">赤箱牛乳 セサミスティック</p>	<p>30 野菜そば さつまいもの甘辛煮 バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、カマボコ 【黄】沖縄そば、油、さつま芋、精白米 【緑】にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり</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