

予 定 献 立 表

2018年5月分

どりーむ保育園

月	火	水	木	金	土
	1 麦ご飯(胚が米) すまし汁(冬瓜・カワレ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) 野菜炒め(もやしひじき) バナナ <small>【赤】さば・生・豚肉・牛乳・鶏卵・チーズ・牛乳 【黄】ビスケット・胚芽米・おし麦・三温糖・砂糖 【緑】とうがん・かいわれ大根・しょうが・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・モヤシ・ひじき・バナナ・コーン</small> 酪農牛乳 コーンのお焼き	2 オムライス もずくスープ ブロッコリーソテー オレンジ(ネーブル) <small>【赤】チーズ・若鶏・もも・沖縄豆腐・まぐろ・缶詰・みどり調整豆乳・上新粉・白玉粉 【黄】胚芽米・きな粉・木綿豆腐 【緑】玉ねぎ・にんじん・ピーマン・にんにく・沖縄もずく・かいわれ大根・ブロッコリー・生・ネーブル</small> みどり調整豆乳 豆腐もち	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 
	7 ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ油あげ) 肉じゃが きゅうりとみかんの和え物 型抜きチーズ <small>【赤】油揚げ・牛肉・グリーンピース・チーズ・牛乳・きな粉 【黄】ビスケット・胚芽米・じゃが芋・三温糖・砂糖・フランスパン・バター 【緑】キャベツ・玉ねぎ・にんじん・きゅうり・みかん</small> 酪農牛乳 きな粉ラスク	8 玄米 イナムドチ からし菜チャンプルー あまなつ ウインナー <small>【赤】チーズ・豚肉・カマボコ・沖縄豆腐・ツナ缶・牛乳・鶏卵 【黄】玄米・こんにやく・バター・砂糖 【緑】大根・しいたけ・からし・なし・にんじん・なつみつ・かん・こがり・バナナ</small> 酪農牛乳 若夏ケーキ	9 麦ご飯(胚が米) みそ汁(生揚げ・ねぎ) 魚のてんぷら(磯部) 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) バナナ <small>【赤】牛乳・生揚げ・キングクリップ・豚肉・さくらえび・素干し 【黄】野菜入りソフトせんべい・胚芽米・おし麦 【緑】ワカメ・ネギ・あおのり・にんじん・キャベツ・モヤシ・ピーマン・バナナ・こまつな・味付けのり</small> ヤクルト 青菜おにぎり	10 竹の子ご飯 すまし汁(小松菜・大根) かぼちゃと豚肉のうま煮 型抜きレアチーズケーキ(いちご) <small>【赤】鶏ひき肉・豚・かた・赤肉・生・牛乳 【黄】胚芽米・三温糖 【緑】オレンジ・たけのこ・にんじん・こまつな・大根・かぼちゃ・玉ねぎ・さやいんげん・しょうが・にんにく・バナナ</small> 酪農牛乳 米粉のバナナ蒸しケーキ	11 玄米 ポークカレー トマトサラダ(きゅうり) 野菜ジュース(グレープ・キャベツ) <small>【赤】豆乳・豚肉・鶏レバー・牛乳 【黄】玄米・バター・じゃが芋・三温糖・オリブ油 【緑】玉ねぎ・にんじん・キャベツ・トマト・きゅうり・ワカメ・バナナ</small> 酪農牛乳 かりんとう バナナ
14 ふりかけご飯(胚芽) 冬瓜カレー汁 ゴーヤーチャンプルー 型抜きチーズ <small>【赤】豆乳・豚肉・油揚げ・沖縄豆腐・豚肉・鶏卵・チーズ・みどり調整豆乳・牛乳 【黄】胚芽米・強力粉・1等黒砂糖・ごま 【緑】とうがん・さやいんげん・玉ねぎ・にんじん・こがり・干しぶどう</small> みどり調整豆乳 黒糖カステラ	15 クファジュシー(こんぶ入り) すまし汁(大根・カワレ) 鯖の塩焼き 小松菜とコーンの和え物 バナナ <small>【赤】チーズ・豚肉・さば・生・牛乳 【黄】胚芽米・砂糖・さつまいも・小麦粉 【緑】にんじん・昆布・ネギ・大根・かいわれ大根・こまつな・コーン・バナナ・こら</small> 酪農牛乳 芋クアンダーギー	16 あわご飯(胚芽米) みそ汁(山東菜・しめじ) チキンマレード煮 野菜炒め(人参・ピーマン・キャベツ) びわ <small>【赤】成鶏・手羽・生・ツナ缶・牛乳 【黄】胚芽米 【緑】さんとうさい・しめじ・オレンジ・マレード・にんじん・ピーマン・キャベツ・びわ</small> 酪農牛乳 スコーン(卵なし)	17 お弁当会  麦茶 じゃこひじきふりかけおにぎり	18 玄米 ハヤシライス 白和え(ゴーヤー・人参) チーズでカルシウム スープ <small>【赤】牛肉・鶏レバー・沖縄豆腐・ツナ缶・はち餅乳・みどり調整豆乳 【黄】玄米・じゃが芋 【緑】玉ねぎ・にんじん・トマト・ピーマン・こがり</small> みどり調整豆乳 米粉のカップケーキ(小・大)	19 野菜そば かぼちゃサラダ ミニゼリー(白桃) <small>【赤】かた・赤肉・生・カマボコ・E牛乳・しらす 【黄】沖縄もずく・ネギ・胚芽米 【緑】バナナ・にんじん・キャベツ・モヤシ・かぼちゃ・きゅうり</small> 酪農牛乳 ゆかりおにぎり(しらす)
21 ご飯(胚芽) もずくスープ 松風焼き 野菜炒め(人参・キャベツ) 愛媛県産甘夏フレッシュ <small>【赤】沖縄豆腐・鶏ひき肉・鶏レバー・ツナ缶・牛乳・鶏卵 【黄】胚芽米・三温糖・ごま・バター・オートミール 【緑】沖縄もずく・ネギ・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・じゅうろくさき・干しぶどう</small> 酪農牛乳 オートミールクッキー	22 玄米 すまし汁(小松菜・麩) 豚肉の香り揚げ 人参シジリ(かつお節) パイン缶 <small>【赤】豆乳・豚肉・鶏卵・牛乳・脱脂粉乳 【黄】玄米・ふ・ごま・ごま油・砂糖・バター 【緑】こまつな・あおのり・素干し・にんじん・ネギ・パイン缶・かぼちゃ・バナナ</small> 酪農牛乳 かぼちゃケーキ	23 ご飯(胚芽) もずくスープ 鮭の照り焼き 野菜炒め(ブロッコリー) バナナ <small>【赤】はち餅乳・沖縄豆腐・しらす・豚ひき肉・牛乳・鶏卵・ツナ缶 【黄】胚芽米・三温糖 【緑】ネギ・しめじ・にんじん・モヤシ・ブロッコリー・バナナ・こら</small> 酪農牛乳 ひらやちー	24 スパゲティナポリタン とうもろこしのスープ(アスパラ) 誕生会 コールスローサラダ 会 はち餅乳(固形) <small>【赤】牛乳・ウインナー・チーズ・チーズ・しらす 【黄】野菜入りソフトせんべい・スパゲティ麺・オリブ油・三温糖・胚芽米・ごま 【緑】にんじん・玉ねぎ・トマト・ピーマン・コーン・アスパラガス・キャベツ・にんじん・ひじき</small> 酪農牛乳 誕生会ケーキ	25 ロールパン ボルシチ 切り干し大根サラダ バナナ スープ <small>【赤】牛・ひき肉・豚レバー・クリーム・まぐろ・缶詰・水煮フレーク・ホリト・牛乳・きな粉 【黄】ロールパン・じゃが芋・バター・ごま・三温糖・さつまいも 【緑】キャベツ・玉ねぎ・にんにく・とうがん・にんじん・さやいんげん・オレンジ</small> 酪農牛乳 焼き芋	26 ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ・玉ねぎ) ハニースパイシーチキン 冬瓜炒め物 オレンジ <small>【赤】成鶏・もも・生・まぐろ・缶詰・水煮フレーク・ホリト・牛乳・きな粉 【黄】ビスケット・胚芽米・はちみつ・もち米・三温糖 【緑】キャベツ・玉ねぎ・にんにく・とうがん・にんじん・さやいんげん・オレンジ</small> 酪農牛乳 きなおはぎ
28 あわご飯(胚芽米) みそ汁(じゃがいも・ねぎ) 豚肉のしょうが焼 しらすのサラダ シークワサーゼリー <small>【赤】豚肉・しらす・ツナ缶・かたくいわし・煮干し 【黄】胚芽米・じゃが芋・砂糖・ごま 【緑】ワカメ・ネギ・玉ねぎ・しょうが・こまつな・味付けのり</small> 麦茶 ツナマヨおにぎり 煮干し佃煮	29 玄米 ゆし豆腐(ねぎ) 揚げ魚のみぞれ煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) ブルーベリー <small>【赤】ゆし豆腐・キングクリップ・豚肉・牛乳 【黄】胚芽米・砂糖・食パン・バター 【緑】バナナ・ネギ・大根・にんじん・キャベツ・モヤシ・ピーマン・ブルーベリー</small> 酪農牛乳 シナモントースト	30 納豆みそごはん すまし汁(小松菜・シジリ) 切り干し大根炒め りんご <small>【赤】豚ひき肉・豚肉・カマボコ・牛乳・さば・缶詰 【黄】胚芽米・三温糖・こんにやく・豆腐・油 【緑】ネギ・こまつな・しめじ・切り干し大根・にんじん・しいたけ・りんご・こら</small> 酪農牛乳 ソーメンタチャー	31 あわご飯(胚芽米) すまし汁(とろろ昆布) チキンのケチャップ煮 小松菜の和え物(おかか) バナナ <small>【赤】豆乳・カマボコ・成鶏・手羽・生・牛乳 【黄】胚芽米・砂糖・バター 【緑】削り昆布・かいわれ大根・玉ねぎ・こまつな・にんじん・バナナ・かぼちゃ</small> 酪農牛乳 かぼちゃクッキー(米粉)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 子どものおやつは食事の1部！！ </div> ①しっかり栄養補給！ 3回の食事では供給できない栄養をおやつで補給 ②食事と同じ形態で提供 食事をやる場所でお皿に盛って食べましょう ③食事同様、砂糖と油の量は控えめに・・・ 清涼飲料水、スナック菓子などは避けましょう	

※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・キウイ・牛肉・くるみ・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・ごま・カシューナッツ

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生