

予 定 献 立 表

2020年3月分

どリーむ保育園

月	火	水	木	金	土	
<p>2 ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐・牛肉グリーンピース・しらす 【黄】胚芽米・じゃが芋・三温糖・ごま 【緑】ネギ・たまねぎ・にんじん・きゅうり・ワカメ・レモン・バナナ・にんじん・ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(プレーン) じゃこひじきおにぎり</p>	<p>3 ちらしずし(鮭) すまし汁(花麩) 花ウインナー 菜の花の和え物(おかか) いちご ミニピーチゼリー</p> <p><small>【赤】鰹節・ベニざけがらす・脂揚げ粉・牛乳 【黄】胚芽米・砂糖・ごま・焼きそば 【緑】ひじき・さやいんげん・ほうれんそう・葉なばな・にんじん・いちご・もも・缶</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 桃マフィン</p>	<p>4 スパゲティーマイトソース すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 粉ふきいも みかん</p> <p><small>【赤】豚ひき肉・豚レバー・チーズ 【黄】麺・バター・じゃが芋・胚芽米・三温糖・砂糖 【緑】にんじん・たまねぎ・しいたけ・しめじ・えのき・きょうな・パセリ・温州みかん・ネギ・焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり コマ無しミフィッシュ</p>	<p>5 麦ご飯 みそ汁(かぶ) 鮭のマヨネーズ焼き 人参シリシリ(シラス) りんご</p> <p><small>【赤】ベニざけがらす・牛乳・鰹節 【黄】胚芽米・おし麦・ごま油・砂糖・ごま 【緑】かぶ・かぶ・葉・しめじ・たまねぎ・にんじん・ネギ・りんご</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 砂糖てんぷら</p>	<p>6 玄米 八宝菜 ごぼうサラダ ソファール元氣ヨーグルト みそ汁</p> <p><small>【赤】豚肉・まぐろ・缶詰・牛乳 【黄】玄米・三温糖・さつまい芋 【緑】はくさい・にんじん・たまねぎ・しいたけ・たけのこ・ピーマン・ごぼう・きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p>7 チキンピラフ すまし汁(絹ごし、青菜) ブロッコリーソテー ミニゼリー(プルーン)</p> <p><small>【赤】鶏・もも・豆腐・豚肉・牛乳 【黄】胚芽米・食パン・バター・砂糖 【緑】たまねぎ・にんじん・ピーマン・にんにく・ほうれんそう・ブロッコリー・コーン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 シナモントースト</p>	
<p>9 あずきご飯 豚汁 フイリチー オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉・豚肉・鶏卵・牛乳 【黄】胚芽米・もち米・さといも・こんにやく・ふ・ライ麦・三温糖 【緑】大根・ごぼう・根深ねぎ・にんじん・キャベツ・たまねぎ・りょうとうもやし・オレンジ・干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 スコーン</p>	<p>10 ご飯 みそ汁(ホウレンソウ、大根) 魚の夕焼けソース ひじきとこんにやくのきんぴら りんご</p> <p><small>【赤】さば・豚肉 【黄】胚芽米・こんにやく・ごま油・ごま 【緑】ほうれんそう・大根・にんじん・ひじき・えだまめ・りんご・梅干し・しそ・味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 梅しそおにぎり チーズで鉄</p>	<p>11 ご飯 すまし汁(小松菜、絹ごし) ごぼうと牛肉のみそ煮 マカロニサラダ(ツナ) パイン缶</p> <p><small>【赤】豆腐・牛・かたろース・まぐろ・缶詰・牛乳 【黄】胚芽米・こんにやく・三温糖・麺・さつまい芋 【緑】こまつな・ごぼう・にんじん・しょうが・きゅうり・干しぶどう・パインアップル・缶</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 さつまいもクッキー</p>	<p>12 ご飯 みそ汁(キャベツ、油あげ) わかさぎのオランダ揚げ パパイヤイリチー あまなつ</p> <p><small>【赤】油揚げ・わかさぎ・チーズ・豚肉・牛乳・さば・缶詰 【黄】胚芽米・そうめん 【緑】キャベツ・にんじん・パセリ・パパイア・ニラ・なつみかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ソーメンタチャー</p>	<p>13 ロールパン チキンチャウダー プルーンのおかか和え ブルーベリー</p> <p><small>【赤】鶏・もも・豚肉・牛乳・クリーム・グリーンピース 【黄】ロールパン・じゃが芋・オリブ油・バター・胚芽米・ごま 【緑】たまねぎ・にんじん・セロリ・ブロッコリー・プルーン・塩昆布</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり コマなしミフィッシュ</p>	<p>14</p> 	
<p>16 納豆ごはん みそ汁(大根、しめじ) からし菜チャンプルー シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】納豆・沖繩豆腐・豚肉・牛乳・チーズ 【黄】胚芽米・強力粉・1等・バター 【緑】大根・しめじ・ネギ・からし・な・にんじん・にんじん・ジュース</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チーズスティック</p>	<p>17 クファージュシー(玄米) すまし汁(白菜、えのき) かぼちゃのそぼろ煮 みかん</p> <p><small>【赤】豚肉・鶏ひき肉 【黄】玄米・三温糖 【緑】にんじん・昆布・ネギ・はくさい・えのき・かぼちゃ・たまねぎ・さやいんげん・しょうが・にんにく・温州みかん・バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 米粉のバナナ蒸しケーキ</p>	<p>18 あわご飯 なめこ汁(ネギ) 揚げ魚のケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) りんご</p> <p><small>【赤】豆腐・キングクリップ・豚ひき肉・みどり調整豆乳・しらす・油揚げ 【黄】胚芽米・三温糖・ごま・砂糖 【緑】なめこ・ネギ・にんじん・りょうとうもやし・ブロッコリー・りんご</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 いなり寿司</p>	<p>19</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖くずもち</p>		<p>20</p> <p style="text-align: center; font-size: 1.5em;">春分の日</p> 	<p>21 野菜そば 煮豆 たんかん</p> <p><small>【赤】豚・かたがね・大豆・牛乳・ツナ缶 【黄】沖繩そば・砂糖・胚芽米・三温糖 【緑】にんじん・キャベツ・りょうとうもやし・真昆布・タンゼロ・味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 みそおにぎり</p>
<p>23 ご飯 みそ汁(厚揚げ、水菜) 豚肉のしょうが焼 かぼちゃ含め煮 バナナ</p> <p><small>【赤】生揚げ・豚肉・牛乳・牛乳 【黄】胚芽米 【緑】きょうな・たまねぎ・ピーマン・しょうが・かぼちゃ・バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ゴマポッキー</p>	<p>24 あわご飯 みそ汁(小松菜、大根) 魚のフライ(磯部) ひじき炒め りんご</p> <p><small>【赤】きはだまぐろ・大豆・油揚げ・しらす・チーズ 【黄】胚芽米・食パン 【緑】こまつな・大根・あおのり・ひじき・にんじん・さやいんげん・りんご</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 じゃこトースト</p>	<p>25 ご飯 すまし汁(白菜、しめじ) ハンバーグ つけ合わせ野菜 いよかん</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉・豚ひき肉・沖繩豆腐・さくらえび・煮干し 【黄】胚芽米・じゃが芋・砂糖 【緑】はくさい・しめじ・たまねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・トマト・いよかん・こまつな</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 青菜おにぎり 煮干し佃煮</p>	<p>26 ご飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) 魚のポテトクリーム焼き きゅうりともしの和え物 いちご</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉・豚ひき肉・きな粉 【黄】胚芽米・ふじやが芋・すずめん粉・黒砂糖 【緑】チンゲンサイ・コーン・たまねぎ・きゅうり・りょうとうもやし・いちご</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>27 玄米 ビーフシチュー おからサラダ チーズでカルシウム すまし汁</p> <p><small>【赤】牛かたがね・豚レバー・クリーム・かまぼこ・チーズ・みどり調整豆乳 【黄】玄米・じゃが芋・バター 【緑】にんじん・たまねぎ・しめじ・ピーマン・きゅうり・コーン・えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 はちや棒 枝豆</p>	<p>28 麦ご飯 ボーカカレー しらすのサラダ プチトマト</p> <p><small>【赤】豚肉・鶏レバー・しらす・牛乳 【黄】胚芽米・おし麦・じゃが芋 【緑】たまねぎ・にんじん・キャベツ・こまつな・コントマト</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チヂミ</p>	
<p>30 ご飯 みそ汁(わかめ、麩) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) プチトマト</p> <p><small>【赤】鶏・羊羽・豚ひき肉・牛乳 【黄】胚芽米・ふ・はちみつ・バター 【緑】わかめ・ネギ・たまねぎ・にんじん・りょうとうもやし・ブロッコリー・トマト</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 米粉ケーキ(コア)</p>	<p>31</p> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">次年度準備 (家庭保育)</p> <div style="border: 2px solid pink; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block; margin: 10px;"> <p style="font-size: 1.5em; color: pink; font-weight: bold;">進級 おめでとう</p> </div> <p style="font-size: 1.2em; margin-top: 20px;">園での昼食、おやつ、クッキングなどの楽しい時間を友達や先生と分け合ってきた この1年。こどもたちは心も体も見違えるほど大きくなりました。 「桃の節句」は、ひな人形を飾り、白酒やひしもちなどをお供えし、こどもたちの</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