

予 定 献 立 表

2021年3月分

どリーむ保育園

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|--|---|---|--|--|---|---|
| <p>1 あわご飯 豚肉と白菜のスープ マーボー豆腐 スティックキュウリ ブルーベリー</p> <p><small>【赤】豚かた肉、沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、牛乳 【黄】精白米、あわ、砂糖、ごま油、さつま芋、バター、三温糖、はちみつ、ごま 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ニラ、きゅうり、アールン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 スイートト</p> | <p>2 麦ご飯 ちむしんじ 魚てんぷら 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) りんご</p> <p><small>【赤】豚肉、豚レバー、キングクリップ、焼きわり納豆、豚ひき肉、煮干し、豆乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、三温糖、薄力粉 【緑】ネギ、にんにく、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、りんご、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり いりこ</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 三色花ゼリー</p> <p><small>【赤】鶏卵、べにざけ、ウインナー 【黄】胚芽米、砂糖、油、ごま、焼きふ、ゼリー、ケーキ 【緑】ひじき、さやいんげん、ほうれんそう、なばな、にんじん、いちご</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 誕生会ケーキ</p> | <p>4 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、しいたけ) ごぼう入り鶏つくね れんこんのゴママヨサラダ デコボン</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、沖縄豆腐、牛乳、豆乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、油、ごま、三温糖、くずでん粉、砂糖 【緑】チンゲンサイ、しいたけ、ごぼう、たまねぎ、れんこん、にんじん、さやいんげん、タンゴール、しょうが</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 豆乳のくずもち</p> | <p>5 麦ご飯 ビーフシチュー 小魚サラダ チーズ</p> <p><small>【赤】牛かた肉、豚レバー、クリーム、しらす、チーズ、豆乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、バター、ごま油、薄力粉 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、ピーマン、キャベツ、ひじき、コン、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 みそおにぎり</p> | <p>6 焼きそば みそ汁(厚揚げ、ねぎ) ポイルソーセージ 土佐和え バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、生揚げ、ジョア、ウインナー 【黄】中華めん、ごま油、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、しいたけ、キャベツ、ピーマン、ネギ、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(マスクット) ふりかけおにぎり</p> | |
| <p>8 梅入り混ぜご飯 豚汁 タマナーチャンプルー バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、沖縄豆腐、豚肉、牛乳、脱脂粉乳、牛乳 【黄】精白米、あわ、ごま、さといも、こんにやく、油、砂糖、薄力粉 【緑】梅干し、しそ、葉、大根、はくさい、根深ねぎ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ニラ、バナナ、もも、缶</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ビーチマフィン</p> | <p>9 麦ご飯 みそ汁(青菜、えのき) 鯖のカレー焼 ブロッコリーの和え物 りんご</p> <p><small>【赤】さば、牛乳、豆乳、ツナ缶 【黄】精白米、おし麦、油、薄力粉 【緑】こまつな、えのき、ワカメ、ブロッコリー、トマト、りんご、にんじん、沖縄もずく、ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 もずく入りひらやち</p> | <p>10 スパゲティーマイトソース すまし汁(チンゲン菜、絹ごし) かぶの塩昆布あえ みかん</p> <p><small>【赤】豚肉、牛肉、豚レバー、チーズ、豆腐、油揚げ、煮干し 【黄】鶏、オリーブ油、油、バター、精白米、三温糖、ごま、薄力粉 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、チンゲンサイ、かぶ、かぶ、葉、塩昆布、温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">R-1 きつねおにぎり いりこ</p> | <p>11 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ) 豆腐のあげぼの揚げ きんぴら風煮(いんげん) パイン缶</p> <p><small>【赤】べにざけ、沖縄豆腐、鶏卵、鶏ひき肉、牛乳、豆腐、ホップクリーム、豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、米粉、砂糖、薄力粉、食パン 【緑】キャベツ、しめじ、ネギ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ジャムパン</p> | <p>12 ロールパン ポークビーンズ フルーツサラダ 味付小魚 すまし汁</p> <p><small>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、ヨーグルト、チーズ、煮干し 【黄】ロールパン、スパゲティ麺、油、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、みかん、バナナ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p> |  | |
| <p>15 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) すきやき風煮 きゅうりともやし、の和え物 みかん</p> <p><small>【赤】牛かた肉、沖縄豆腐、さくらえび 【黄】精白米、あわ、油、こんにやく、ミルミル 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、にんじん、はくさい、きゅうり、りよくとうもろやし、温州みかん、こまつな、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ミルミル 青菜おにぎり</p> | <p>16 麦ご飯 すまし汁(青菜、しいたけ) 鮭のちゃんちゃん焼き さつまいものゴマ和え りんご</p> <p><small>【赤】さば、さけ、牛乳、豚肉 【黄】精白米、おし麦、油、バター、三温糖、さつま芋、ごま、うどん 【緑】こまつな、しいたけ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、さやいんげん、りんご、からしな、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 カレーうどん</p> | <p>17 お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">R-1 チーズスティック いりこ</p> | <p>18 麦ご飯 なめこ汁 チキンのケチャップ煮 野菜炒め(たまねぎ、ひじき) デコボン</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏、さけ、豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、かりんとう 【緑】なめこ、ネギ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ひじき、タンゴール、スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 かりんとう 茹でコーン</p> | <p>19 クワアジュシー 食 かつま汁 育 白和え(ほうれん草、人参) の シークワーサーゼリー 日</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏、もも、沖縄豆腐、缶詰、牛乳 【黄】精白米、油、さつま芋、こんにやく、ゼリー 【緑】にんじん、昆布、ネギ、大根、根深ねぎ、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖カステラ</p> | <p>20 春分の日</p>  | |
| <p>22 あわご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ、豆腐) 豚肉のしょうが焼 かぼちゃ含め煮 みかん</p> <p><small>【赤】豆腐、油揚げ、豚肉、しらす、煮干し 【黄】精白米、あわ、油、三温糖、ごま、砂糖 【緑】キャベツ、しめじ、たまねぎ、ピーマン、しょうが、かぼちゃ、温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 煮干し佃煮</p> | <p>23 麦ご飯 すまし汁(大根、わかめ、ねぎ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) ナムル りんご</p> <p><small>【赤】さば、鶏ささ身、牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、ごま油、砂糖、全粒粉、油、薄力粉 【緑】大根、ワカメ、ネギ、しょうが、たまねぎ、ほうれんそう、りよくとうもろやし、にんじん、きゅうり、りんご、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 スコーン</p> | <p>24 ふりかけご飯 ソーキ汁 白菜の和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、ソーキ、小豆 【黄】精白米、おし麦、黒砂糖 【緑】なが昆布、にんじん、大根、しいたけ、はくさい、きゅうり、バナナ、枝豆</small></p> <p style="text-align: center;">R-1枝豆黒棒</p> | <p>25 麦ご飯 みそ汁(青菜、厚揚げ) 魚のポテトクリーム焼き 野菜炒め(ブロッコリー) いちご</p> <p><small>【赤】生揚げ、べにざけ、豚肉、牛乳、豆腐、きな粉 【黄】精白米、おし麦、米粉、油、じゃが芋、砂糖、ホットケーキ粉 【緑】こまつな、コン、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、いちご、パセリ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 もちもちドーナツ</p> | <p>26 カレーライス(チキン) 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】豚肉、鶏レバー、ツナ缶、調整豆乳、ソファール 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、ごま、三温糖、さつま芋、黒砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、切り干し大根、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 蒸し芋 黒糖(3歳~)</p> | <p>27 野菜そば 煮豆 りんご</p> <p><small>【赤】豚肉、かぼちゃ、大豆、牛乳、ツナ缶 【黄】沖縄そば、油、砂糖、精白米 【緑】にんじん、キャベツ、りよくとうもろやし、真昆布、りんご、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p> | |
| <p>29 納豆ごはん みそ汁(白菜、長ネギ、油揚げ) デークニーイリチー バナナ</p> <p><small>【赤】納豆、油揚げ、豚肉、牛乳、まぐろ、缶詰、煮干し 【黄】精白米、おし麦、油、ロールパン 【緑】はくさい、根深ねぎ、大根、にんじん、さやいんげん、バナナ、キャベツ、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ツナサンド いりこ</p> | <p>30 もずく丼 みそ汁(豆腐、ワカメ) 青菜のおかか和え りんご</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、沖縄豆腐、牛乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、油、ごま 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、ワカメ、ネギ、こまつな、りよくとうもろやし、りんご、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳ピスコバナナ</p> | <p>31 次年度準備 (家庭保育)</p>  | <p>園での昼食、おやつ、クッキングなど、例年とは違っている制限はありましたが、工夫をしながら友達や先生と楽しい時間を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。</p> <p>「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、こどもたちの無病息災を祈る行事です。給食でもひなまつりメニューを通して春を感じながら楽しく過ごしたいと思います。</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