

# 予 定 献 立 表

2021年4月分

どリーむ保育園

月	火	水	木	金	土	
<p>～ご入園、ご進級おめでとうございます～</p> <p>春の暖かな日差しの中、新しい環境での生活がスタートしました。健やかな成長には「早寝・早起き・朝ごはん、そして運動」のリズムがとても大切です。朝ごはんをしっかり食べて元気いっぱい遊べる生活リズムを作っていきましょう。</p> 						
			1 カレーライス(ポーク) ほうれん草のおかか和え いちご 入園式 [赤]豚肉、鶏卵、チーズ、煮干し [黄]精白米、おし麦、油、じゃが芋、砂糖 [緑]たまねぎ、にんじん、キャベツ、ほうれん草、いちご 麦茶 おかかチーズおにぎり いりこ	2 あわご飯 ゆし豆腐 肉じゃが キャベツの塩昆布和え シークワーサーゼリー [赤]ゆし豆腐、半かたロース牛乳、しらす、チーズ [黄]精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、三温糖、シークワーサーゼリー、食パン [緑]たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、塩昆布、グリーンピース 酪農牛乳 じゃこトースト	3 麦ご飯 みそ汁(レタス、しいたけ) チンジャオロース ポイルソーセージ パイン缶 [赤]沖縄豆腐、豚肉、鶏卵、牛乳、きな粉 [黄]精白米、おし麦、砂糖、ごま油、スバゲティ麺、黒砂糖 [緑]レタス、しいたけ、しょうが、たまねぎ、たけのこ、ピーマン(青・赤・黄)、パインアップル、缶 酪農牛乳 マカロニきな粉	
5 あわご飯 みそ汁(なす) チキンマレード煮 野菜炒め(キャベツ、アスパラ) デコポン [赤]鶏、羊羽、豚肉、牛乳、牛乳 [黄]精白米、あわ精白粒、油、米粉、はちみつ、バター [緑]ナラワ、ネギ、オレシ、マールド、キャベツ、にんじん、たまねぎ、アスパラガス、タンゴール 酪農牛乳 米粉ケーキ(コア)	6 ふりかけご飯 すまし汁(ほうれん草、大根) 鮭のマヨネーズ焼き ブロッコリーソーテー バナナ [赤]べにざけ、豚肉、牛乳、牛乳 [黄]精白米、おし麦、油、ホットケーキ粉 [緑]ほうれん草、大根、しめじ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン、バナナ 酪農牛乳 ブリッツ(人参)	7 スパゲティミートソース アーサ汁 キャベツサラダ チーズ(鉄分入り) [赤]豚ひき肉、牛ひき肉、豚、チーズ、豆腐、しらす、煮干し [黄]麺、オリーブ油、油、バター、砂糖、精白米、ごま、三温糖、薄力粉 [緑]にんじん、たまねぎ、しいたけ、あおさ、キャベツ、みかん、ひじき 麦茶 じゃこひじきおにぎり いりこ	8 麦ご飯 みそ汁(カラシ、じゃが芋) 鯖のカレー焼 人参シリシ(シラス) りんご [赤]さば、しらす、牛乳、鶏卵 [黄]精白米、おし麦、じゃが芋、ごま油、黒砂糖、油、薄力粉 [緑]からし、にんじん、ネギ、りんご 酪農牛乳 そべポーポー	9 チキンピラフ すまし汁(絹ごし、青菜) スパゲティサラダ ソフール元気ヨーグルト [赤]鶏、もも、豆腐、ソフール、牛乳 [黄]精白米、油、スバゲティ麺、さつま芋 [緑]たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、チンゲンサイ、きゅうり、干しぶどう 酪農牛乳 蒸し芋	10 野菜そば 茹でコーン りんご [赤]豚肉、カマボコ、牛乳、ツケ缶 [黄]沖縄そば、油、精白米 [緑]にんじん、キャベツ、りょうとうもやし、スイートコーン、りんご、味付けのり 酪農牛乳 ツナマヨおにぎり	
12 あわご飯 すまし汁(小松菜、しいたけ) 松風焼き きゅうりともやしの和え物 ブルーン [赤]鶏ひき肉、鶏、パニーニ、アジ、しらす、さけ [黄]精白米、あわ精白粒、油、三温糖、ごま、パン粉 [緑]こまつな、生しいたけ、たまねぎ、きゅうり、りょうとうもやし、ブルーン、味付けのり ジョア(マスカット) 鮭おにぎり	13 麦ご飯 みそ汁(白菜、えのき) 豆腐ハンバーグ きんぴら風煮(れんこん) バナナ [赤]沖縄豆腐、ツケ、豆腐、鶏ひき肉、牛乳、しらす [黄]精白米、おし麦、油、米粉、ごま油、三温糖、パン粉 [緑]はくさい、えのき、ネギ、にんじん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、バナナ、ナラ、コーン 酪農牛乳 チヂミ	14 麦ご飯 みそ汁(ほうれん草、しめじ) 浜下り 鯖の香味焼き ひじき炒め いちご [赤]さば、豚肉、大豆、牛乳、鶏卵 [黄]精白米、おし麦、三温糖、油、砂糖、こんにやく、薄力粉 [緑]ほうれん草、しめじ、ショウガ、にんにく、ひじき、にんじん、さやいんげん、いちご 酪農牛乳 もちもちドーナツ	<p>15 お弁当会</p>  <p>酪農牛乳 スイートホト</p>		16 ロールパン クリームシチュー 切り干し大根サラダ 味付小魚 [赤]鶏、かた、豚、豚、パニーニ、牛乳、まぐろ、缶詰、味付小魚、しらす [黄]パン、じゃが芋、油、バター、ごま、三温糖、精白米、薄力粉 [緑]たまねぎ、にんじん、セロリー、アスパラガス、切り干し大根、きゅうり、えだまめ 麦茶 ゆかりおにぎり(しらす)	17 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、油揚げ) チキンアップルソース 野菜炒め(キャベツ、たまねぎ) 清見みかん [赤]油揚げ、鶏、もも、豚肉、牛乳、きな粉 [黄]精白米、おし麦、砂糖、油、くず、ん粉、黒砂糖 [緑]チンゲンサイ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、タンゴール、りんご 酪農牛乳 黒糖くずもち
19 納豆ごはん 食育 バナナ パイパイリチー の バナナ 日 [赤]納豆、豚肉、かぼちゃ、まぐろ、缶詰、牛乳 [黄]精白米、おし麦、こんにやく、油、米粉、アーモンド、乾、砂糖、バター [緑]大根、しいたけ、パパイア、にんじん、ナラ、バナナ、かぼちゃ 酪農牛乳 枝豆・はちや棒	20 麦ご飯 すまし汁(白菜、えのき、長ネギ) 鮭のごま味噌焼き クレープイリチー りんご [赤]しらす、さけ、豚肉、カマボコ、鶏肉 [黄]精白米、おし麦、ごま、砂糖、ごま油、こんにやく、油、バター [緑]はくさい、えのき、根深ねぎ、昆布、しいたけ、にんじん、りんご、たまねぎ、コーン、グリーンピース 麦茶 ジャワライス(おにぎり)	21 そぼろ丼 みそ汁(キャベツ、ふ) かぶの甘酢合え りんご [赤]鶏ひき肉、豚、鶏、牛乳 [黄]精白米、おし麦、三温糖、油、焼きご、砂糖 [緑]ほうれん草、キャベツ、ネギ、かぶ、かぶ、葉、りんご 酪農牛乳 キャラメルポト	22 タコライス すまし汁(大根、ワカメ) 粉ふきいも(青のり) デコポン [赤]牛ひき肉、豚、パニーニ、牛乳、豚肉、チーズ [黄]精白米、おし麦、油、じゃが芋、うどん [緑]にんにく、たまねぎ、にんじん、レタス、トマト、大根、ワカメ、ネギ、あおのり、タンゴール、キャベツ、ピーマン 酪農牛乳 焼きうどん(おやつ)	23 ハヤシライス おからサラダ 清見みかん [赤]牛肉、鶏、パニーニ、竹輪、牛乳、煮干し、おから [黄]精白米、おし麦、じゃが芋、油、黒糖 [緑]たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、きゅうり、コーン、タンゴール 酪農牛乳 黒棒 いりこ	24 親子遠足 	
26 あわご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ) ポークケチャップ なます デコポン [赤]豚肉、挽きわり納豆、豚ひき肉、煮干し [黄]精白米、あわ精白粒、油、砂糖、三温糖 [緑]キャベツ、しめじ、ネギ、たまねぎ、ピーマン、大根、にんじん、タンゴール、焼きのり 麦茶 納豆みそおにぎり いりこ	27 竹の子ご飯 みそ汁(チンゲン菜、絹ごし) 鮭の塩焼き かぼちゃと豚肉のうま煮 りんご [赤]鶏ひき肉、肉、豆腐、しらす、さけ、豚肉、牛乳、牛乳 [黄]精白米、おし麦、油、強力粉、黒砂糖 [緑]たけのこ、にんじん、チンゲンサイ、かぼちゃ、たまねぎ、さやいんげん、しょうが、りんご、干しぶどう 酪農牛乳 黒糖カステラ	28 ゆかりご飯 みそ汁(かぶ、ワカメ) まぐろカツ 白菜サラダ バナナ 誕生会 [赤]さば、だまぐろ、豆腐、牛乳 [黄]精白米、おし麦、ごま、砂糖、油、さつま芋、バター、三温糖、薄力粉、パン粉、ケーキ [緑]かぶ、かぶ、葉、ワカメ、はくさい、りんご、きゅうり、にんじん、バナナ 酪農牛乳 誕生会ケーキ	<p>29 昭和の日</p> 		30 カレーライス(ベジタブル) もずく酢 チーズ(鉄分入り) [赤]豚ひき肉、豚、パニーニ、牛乳、みどり調整豆乳、チーズ [黄]精白米、おし麦、じゃが芋、油、砂糖、食パン [緑]かぼちゃ、たまねぎ、トマト、キャベツ、にんにく、沖縄もずく、きゅうり、みかん、ブルーベリー、ジャム みどり調整豆乳 ジャムパン(食パン)	

※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