

予 定 献 立 表

2021年8月分

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|--|---|---|---|
| <p>2 あわご飯 みそ汁(厚揚げ) なすの挽き肉炒め きゅうりとみかんの和え物</p> <p><small>【赤】生揚げ,豚ひき肉,牛乳,脱脂粉乳,牛乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,砂糖,薄力粉 【緑】ワカメ,ネギ,ナス,にんにく,たまねぎ,さやいんげん,きゅうり,みかん,もも・缶</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ピーチマフィン</p> | <p>3 麦ご飯 みそ汁(カラシ,じゃが芋) 魚フライタルタルソース 人参ソシソ(シラス) オレンジ</p> <p><small>【赤】まぐろ,豆乳,鶏卵,しらす,納豆,豚ひき肉,煮干し 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,薄力粉,パン粉,油,ごま油,三温糖 【緑】からしな,ピクルス,たまねぎ,にんにく,ネギ,オレンジ,焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">納豆みそおにぎり いりこ</p> | <p>4 クファージュシー さつま汁 白和え(ほうれん草・人参) すいか</p> <p><small>【赤】豚肉,若鶏・もも,沖縄豆腐,ツナ缶,みどり調整豆乳,ウインナー 【黄】精白米,油,さつま芋,こんにやく,ロールパン 【緑】にんにく,昆布,ネギ,大根,根深ねぎ,ほうれん草,スイカ,キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ロールパン(ウインナー)</p> | <p>5 ふりかけご飯 春雨スープ 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ含め煮 桃</p> <p><small>【赤】豚かた肉,しろさけ,牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,はるさめ,油,三温糖,くずでん粉,黒砂糖 【緑】レタス,にんにく,たまねぎ,キャベツ,しめじ,かぼちゃ,もも</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖くずもち</p> | <p>6 あわご飯 みそ汁(キャベツ,さつま芋) チキンのケチャップ煮 ひじき炒め シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】鶏・手羽,豚肉,大豆,しろさけ,煮干し 【黄】精白米,あわ精白粒,さつま芋,油,こんにやく,シークワーサーゼリー 【緑】キャベツ,ネギ,たまねぎ,ひじき,にんにく,さやいんげん,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">鮭おにぎり いりこ</p> | <p>7 麦ご飯 みそ汁(冬瓜,山東菜) 炒り豆腐 オクラの梅和え バナナ</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,鶏ひき肉,鶏卵,牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,三温糖,米粉,はちみつ,バター 【緑】とうがん,さんとうさい,しいたけ,にんにく,たまねぎ,オクラ,梅干し,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 米粉ケーキ(ココア)</p> |
| <p>9</p> <p style="text-align: center;">山の日 (振替休日)</p> <div style="text-align: center;">  </div> | <p>10 あわご飯 みそ汁(チンゲン菜,しいたけ) 豚肉のしょうが焼き きゅうりともやしの和え物 味付小魚</p> <p><small>【赤】豚肉,味付小魚,牛乳,しらす 【黄】精白米,あわ精白粒,油,米粉,ごま油,三温糖 【緑】チンゲンサイ,しいたけ,ワカメ,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,しょうが,きゅうり,りょくとうもやし,ニラ,コン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チヂミ</p> | <p>11 スパゲティミートソース アーサ汁 コールスローサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,牛・ひき肉,豚レバー,チーズ,豆腐,まぐろ・缶詰,煮干し 【黄】麺,オリブ油,油,薄力粉,バター,三温糖,米,ごま 【緑】にんにく,たまねぎ,しいたけ,あおさ,キャベツ,コン,バナナ,塩昆布</small></p> <p style="text-align: center;">塩昆布とツナのおにぎり いりこ</p> | <p>12 麦ご飯 みそ汁(ハチマ,豆腐) 鯖の梅焼き デークニーイリチー パインアップル</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,さば,豚肉,牛乳 【黄】精白米,おし麦,三温糖,油,さつま芋,油 【緑】ハチマ,梅干し,しそ,大根,にんにく,さやいんげん,パイン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 さつま芋スティック</p> | <p>13 親子丼 みそ汁(小松菜,油揚げ) オクラのおかか和え ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏卵,油揚げ,ソファール,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,かりんとう 【緑】にんにく,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,こまつな,オクラ,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 かりんとう オレンジ</p> | <p>14 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ,しめじ) すきやき風煮 スパゲティサラダ 梨</p> <p><small>【赤】牛・かた肉,沖縄豆腐,まぐろ・缶詰,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,こんにやく,スパゲティ麺,ホットケーキ粉 【緑】かぼちゃ,しめじ,ネギ,にんにく,はくさい,きゅうり,干しぶどう,なし</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ブリッツ(人参)</p> |
| <p>16 カレーライス(ベジタブル) 切り干し大根サラダ チーズ(鉄入り)</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚レバー,牛乳,まぐろ缶,チーズ 鉄 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,ごま,三温糖,はちま棒 【緑】かぼちゃ,たまねぎ,トマト,キャベツ,にんにく,切り干し大根,きゅうり,にんにく</small></p> <p style="text-align: center;">シークワーサーソルベ はちま棒</p> | <p>17 ふりかけご飯 みそ汁(なす) レバーのカレー揚げ ナムル バナナ</p> <p><small>【赤】豚レバー,鶏卵,鶏ささ身,豚肉 【黄】精白米,おし麦,油,ごま油,砂糖,中華めん 【緑】ナス,ワカメ,ネギ,にんにく,ほうれん草,りょくとうもやし,にんにく,きゅうり,バナナ,たまねぎ,ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(プレーン) 焼きそば</p> | <p>18 麦ご飯 ゆし豆腐(小松菜) 魚の味噌照り焼き 野菜炒め(キャベツ,チンゲン) すいか</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐,あこうだい,豚肉,牛乳 【黄】精白米,おし麦,三温糖,油,さつま芋,バター 【緑】こまつな,ショウガ,キャベツ,にんにく,たまねぎ,さやいんげん,スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 キャラメルポテト</p> | <p>19 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,しいたけ) ごぼう入り鶏つくね パパイヤイリチー ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,沖縄豆腐,まぐろ・缶詰,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,ケーキ 【緑】チンゲンサイ,しいたけ,ごぼう,たまねぎ,ショウガ,パイア,にんにく,ニラ,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">ソファール元気ヨーグルト ゴマトースト</p> | <p>20 ロールパン クリームシチュー(豚肉) キュウリとワカメの和え物 オレンジ</p> <p><small>【赤】牛・かた肉,クリーム,牛乳,しらす,チーズ鉄 【黄】ロールパン,じゃが芋,油,薄力粉,バター,三温糖,精白米 【緑】たまねぎ,にんにく,セロリー,さやいんげん,きゅうり,ワカメ,レモン,オレンジ,えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">ゆかりおにぎり(しらす) チーズ(鉄入り)</p> | <p>21 麦ご飯 みそ汁(水菜,油あげ) ボイルソーセージ 赤瓜の煮つけ パイン缶</p> <p><small>【赤】油揚げ,鶏卵,しらす,豚肉,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,薄力粉,黒砂糖 【緑】きょうな,ネギ,モウイ,にんにく,さやいんげん,パインアップル・缶</small></p> |
| <p>23 あわご飯 みそ汁(キャベツ,しめじ) 肉じゃが モズク酢(みかん)</p> <p><small>【赤】牛・かた肉,牛乳,牛乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,じゃが芋,こんにやく,三温糖,強力粉,黒砂糖 【緑】キャベツ,しめじ,たまねぎ,にんにく,グリーンピース,沖縄もずく,きゅうり,みかん,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖カステラ</p> | <p>24 麦ご飯 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) 鯖のカレー焼き なべーらーんぶしー 梨</p> <p><small>【赤】さば,豚肉,沖縄豆腐,ツナ缶,煮干し 【黄】精白米,おし麦,油 【緑】しめじ,えのき,きょうな,ハチマ,なし,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ツナマヨおにぎり いりこ</p> | <p>25 麦ご飯 そうめん汁 じゃこひじきふりかけ からし菜チャンプルー メロン</p> <p><small>【赤】しらす,沖縄豆腐,豚肉,牛乳 【黄】精白米,おし麦,そうめん,ごま,油,三温糖,さつま芋,砂糖 【緑】しいたけ,ネギ,ひじき,からしな,にんにく,たまねぎ,メロン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 芋ようかん</p> | <p>26</p> <p style="text-align: center;">お弁当会</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p> | <p>27 キッズビビンバ なめこ汁 茹でコーン プルーン</p> <p><small>【赤】豚肉,豆腐,ソファール,きな粉,豆乳 【黄】精白米,おし麦,ごま油,三温糖,ごま,食パン 【緑】にんにく,しょうが,たけのこ,しいたけ,にんにく,りょくとうもやし,ほうれん草,なめこ,ネギ,スイートコーン,プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 誕生日ケーキ</p> | <p>28 野菜そば 煮豆 バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,カマボコ,大豆,みどり調整豆乳,ツナ缶 【黄】沖縄そば,油,砂糖,精白米,三温糖 【緑】にんにく,キャベツ,りょくとうもやし,真昆布,バナナ,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>30 納豆ごはん イナムドチ ゴーヤーチャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆,豚肉,カマボコ,沖縄豆腐,牛乳,ハム,ピザチーズ 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,食パン 【緑】大根,しいたけ,たまねぎ,にんにく,コウリ,オレンジ,ピーマン,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ピザトースト</p> | <p>31 麦ご飯 すまし汁(冬瓜,チンゲン菜) 鮭のごま味噌焼き クービーリチー ぶどう</p> <p><small>【赤】しろさけ,豚肉,カマボコ,牛乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,ごま,砂糖,ごま油,こんにやく,油,薄力粉,油 【緑】とうがん,チンゲンサイ,昆布,しいたけ,にんにく,ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 サーターアンダーギー</p> | <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>厳しい暑さが続いています。 夏バテ予防のため、睡眠を しっかりとって、朝食は必ず 食べてから登園しましょう。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>規則正しい生活を しよう</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>朝食ごはんを食べよう</p>  </div> </div> | | | |

※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