

# 予 定 献 立 表

2022年8月分

月	火	水	木	金	土
<p><b>1</b> 麦ご飯 みそ汁(豆腐、ワカメ) なすの挽き肉炒め きゅうりとみかんの和え物</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、EM牛乳、脱脂粉乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、薄力粉、さつま芋、マヨネーズ 【緑】ワカメ、ネギ、ナス、にんじん、たまねぎ、さいいんげん、きゅうり、みかん、もも、缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ピーチマフィン(卵除去)</p>	<p><b>2</b> 麦ご飯 みそ汁(カラシナ、じゃが芋) 魚フライタルソース 人参シソ(かつお節) オレンジ</p> <p><small>【赤】きはだまぐろ、豆乳、鶏卵、挽きわり納豆、豚ひき肉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、薄力粉、パン粉、油、マヨネーズ 【緑】にんじん、昆布、ネギ、大豆、根深ねぎ、ほうれんそう、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり</p>	<p><b>3</b> クワアージュシー さつま汁 白和え(ほうれん草・人参) すいか</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏もも、沖縄豆腐、ツナ缶、EM牛乳、しらす、チーズ 【黄】精白米、油、さつま芋、こんにやく、マヨネーズ、食パン 【緑】にんじん、昆布、ネギ、大豆、根深ねぎ、ほうれんそう、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 じゃこトースト</p>	<p><b>4</b> 麦ご飯 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】豚肉、しらす、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、はるさめ、油、さび砂糖、くずでん粉、黒砂糖 【緑】レタス、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、かぼちゃ、もも</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p><b>5</b> チキンピラフ すまし汁(絹ごし、青菜) マカロニサラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】鶏もも、豆腐、まぐろ缶詰、ソファール、EM牛乳 【黄】精白米、油、スパゲティ麺、マヨネーズ、かりんとう、玄米フレーク 【緑】たまねぎ、にんじん、グリーンピース、にんにく、こまつなきゅうり、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう すいか</p>	<p><b>6</b> マーボー豆腐丼 ナムル 飲む野菜と果実</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、鶏ささ身、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、さび砂糖、ごま油、米粉、油 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ごぼう、ほうれんそう、りょうどうもやし、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 米粉のバナナケーキ(コア)</p>
<p><b>8</b> あわご飯 みそ汁(キャベツ、油揚げ) 炒り豆腐 もーういの和え物 チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】油揚げ、沖縄豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、型抜きチーズ10鉄分 【黄】精白米、あわ精白粒、こんにやく、しらたき、油、さび砂糖 【緑】キャベツ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、モウイ、みかん、梅干し、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(ブレン)80 梅おかかおにぎり</p>	<p><b>9</b> 麦ご飯 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、ゴマなしミニフィッシュ、EM牛乳、しらす 【黄】精白米、おし麦、油、米粉、ごま油、さび砂糖 【緑】チンゲンサイ、しいたけ、ワカメ、たまねぎ、ピーマン、しょうが、きゅうり、りょうどうもやし、レモン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チヂミ</p>	<p><b>10</b> 麦ご飯 みそ汁(ヘチマ、豆腐) 鯖のカレー焼 デークニーリチー パインアップル</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、さば、豚肉 【黄】精白米、おし麦、油、カルゲン、はちや棒 【緑】ヘチマ、大根、にんじん、さいいんげん、パイン</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リゾ) シークワーサーソルベ はちや棒</p>	<p><b>11</b></p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">山の日</p> 	<p><b>12</b> カレーライス(ポーク) 小魚サラダ チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】豚肉、豚レバー、しらす、型抜きチーズ10鉄分 【黄】精白米、おし麦、油、じゃが芋、ごま油、ごまきり、さび砂糖、強力粉、黒砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、ひじき、コーン、塩昆布</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布とツナのおにぎり</p>	<p><b>13</b> 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】牛かたろース、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、こんにやく、きり、さび砂糖、強力粉、黒砂糖 【緑】キャベツ、しめじ、ネギ、たまねぎ、にんじん、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;">EM酪農牛乳 黒糖カステラ</p>
<p><b>15</b> 麦ご飯 みそ汁(大根、ワカメ) 高野豆腐と野菜のうま煮 さつまいもの甘辛煮</p> <p><small>【赤】凍り豆腐、豚肉、EM牛乳、油揚げ 【黄】精白米、おし麦、油、さび砂糖、さつま芋、ごま 【緑】大根、ワカメ、ネギ、キャベツ、にんじん、たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きつねおにぎり</p>	<p><b>16</b> 麦ご飯 じゃこひじきふりかけ そうめん汁 からし菜チャンプルー ぶどう</p> <p><small>【赤】しらす、沖縄豆腐、豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、ごま油、さび砂糖、そうめん、さつま芋、アーモンド 【緑】ひじき、しいたけ、ネギ、からし、にんじん、たまねぎ、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 さつまいもクッキー</p>	<p><b>17</b> 麦ご飯 ゆい豆腐(小松菜) 魚の味噌照り焼き 野菜炒め(キャベツ、たまねぎ) すいか</p> <p><small>【赤】ゆい豆腐、あこうだい、豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、さび砂糖、油、食パン、黒砂糖、バター 【緑】こまつな、しょうが、キャベツ、たまねぎ、にんじん、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖ラスク</p>	<p><b>18</b></p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 パン(ジャム)</p>	<p><b>19</b> 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】豚肉、クリーム牛乳、しらす、型抜きチーズ10鉄分 【黄】ロールパン、じゃが芋、油、薄力粉、バター、さび砂糖、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、さいいんげん、きゅうり、ワカメ、モン・オレヅ、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり(しらす) チーズ10鉄分入り</p>	<p><b>20</b> 麦ご飯 みそ汁(山東菜、豆腐) ポークのアップルソース 赤瓜の煮つけ パイン缶</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚肉、EM牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、さび砂糖、油、薄力粉、サイダー、黒砂糖 【緑】さんとうさい、りんご、モウイ、にんじん、さいいんげん、パインアップル缶</small></p>
<p><b>22</b> 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、玉ねぎ) すきやき風煮 スパゲティサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】牛かたろース、沖縄豆腐、まぐろ缶詰、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、こんにやく、スパゲティ麺、マヨネーズ、ホットケーキ 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、ネギ、にんじん、はくさい、きゅうり、干しぶどう、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 キャロットスティック</p>	<p><b>23</b> 麦ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 鯖の梅焼き なべーらんぶしー シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】さば、豚肉、沖縄豆腐、ツナ缶、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米、おし麦、さび砂糖、油、シークワーサーゼリー、マヨネーズ 【緑】しめじ、えのき、こまつな、梅干し、しそ、ヘチマ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり 味付小魚</p>	<p><b>24</b> スパゲティミートソース アーサ汁 コールスローサラダ 梨</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、牛ひき肉、豚レバー、チーズ、豆腐、EM牛乳 【黄】スパゲティ麺、オリーブ油、薄力粉、バター、マヨネーズ、さび砂糖、さつま芋 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、あおさ、キャベツ、コーン、なし</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p><b>25</b> ふりかけご飯 豚汁 きびなごの蒲焼き風 なます すいか</p> <p><small>【赤】豚肉、沖縄豆腐、スルルー小、EM牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、さいいんげん、油、さび砂糖、ごま、薄力粉、バター 【緑】とうがんと、こまつな、にんじん、根深ねぎ、大根、スイカ、ガウリバナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 若夏ケーキ</p>	<p><b>26</b> ハヤシライス スティックキュウリ フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏レバー、ヨーグルト、みどり調整豆乳、きな粉、豆乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、食パン、さび砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、きゅうり、みかん、バナナ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p><b>27</b> 野菜そば 煮豆 バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、かぼちゃ、大豆、EM牛乳、ツナ缶 【黄】沖縄そば、油、さび砂糖、精白米 【緑】にんじん、キャベツ、りょうどうもやし、真昆布、バナナ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 みそおにぎり3</p>
<p><b>29</b> 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、かぼちゃ、沖縄豆腐、豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、さつま芋、バター、さび砂糖 【緑】大根、しいたけ、なごり、たまねぎ、にんじん、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 キャラメルポテト</p>	<p><b>30</b> 麦ご飯 すまし汁(冬瓜、チンゲン菜) 鮭のごま味噌焼き クープイリチー ぶどう</p> <p><small>【赤】しらす、さけ、豚肉、かぼちゃ、EM牛乳、パイン、ビザチーズ 【黄】精白米、おし麦、ごまきり、さび砂糖、ごま油、こんにやく、油、食パン 【緑】とうがんと、チンゲンサイ、昆布、しいたけ、にんじん、ぶどう、ピーマン、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ビザトースト</p>	<p><b>31</b> 麦ご飯 みそ汁(なす、鶏肉) レバーのカレー揚げ ひじき炒め バナナ</p> <p><small>【赤】鶏もも、豚肉、豆乳、豚肉、大豆、EM牛乳、さば、缶詰、ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米、おし麦、油、こんにやく、油、そうめん 【緑】ナス、たまねぎ、にんにく、ひじき、にんじん、さいいんげん、バナナ、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ソーメンタシャ 味付小魚</p>	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 20px; display: inline-block;"> <p>厳しい暑さが続いています。 睡眠をしっかりとり、 朝食は必ず食べてから 登園しましょう。</p> </div> <div style="display: inline-block; vertical-align: middle; text-align: center;"> <p>☆</p> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">規則正しい生活を しよう</p>  </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