

# 予 定 献 立 表

2023年2月分

月	火	水	木	金	土
		<p><b>1</b> 麦ご飯 すまし汁(大根,わかめ,ねぎ) 鮭のごま味噌焼き 白和え(ほうれん草・人参) りんご</p> <p><small>【赤】しるさげ,沖繩豆腐,ツナ缶,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,ごま,きび砂糖,ごま油,マヨドレ,強力粉,黒砂糖 【緑】大根,ワカメ,ネギ,ほうれん草,にんじん,りんご,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>2</b> 麦ご飯 みそ汁(山東菜,えのき) 揚げ豆腐のあんかけ きゅうりの塩昆布あえ たんかん</p> <p><small>【赤】木綿豆腐,鶏ひき肉,EM牛乳,ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米,おし麦,油 【緑】さんとうさい,えのき,たまねぎ,にんじん,きくらげ,ネギ,しょうが,きゅうり,塩昆布,タンゼロ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒棒 味付小魚</p>	<p><b>3</b> ロールパン ボルシチ 節分 トマトと水菜のツナ和え プルーン</p> <p><small>【赤】牛・かたろース,豚レバー,クリーム,まぐろ缶詰,ジョア,挽きわり納豆,豚ひき肉 【黄】ロールパン,じゃが芋,油,薄力粉,バター,精白米,きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,さやいんげん,トマト,きょうな,プルーン,ネギ,焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(マスカット)80 納豆みそおにぎり</p>	<p><b>4</b> 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ,ねぎ) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(キャベツ,インゲン) バナナ</p> <p><small>【赤】生揚げ,鶏・もも,豚かた肉,EM牛乳,しらす 【黄】精白米,おし麦,はちみつ,油,米粉,ごま油,きび砂糖 【緑】ネギ,にんにく,キャベツ,にんじん,りょくとうもやし,さやいんげん,バナナ,ニラ,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チヂミ</p>
<p><b>6</b> あわご飯 みそ汁(白菜,しいたけ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) さつま芋の甘辛煮 パイン缶</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,生揚げ,EM牛乳,木綿豆腐 【黄】精白米,あわ精白粒,油,はるさめ,さつま芋,ホットケーキ,ゴマ(黒),ごま 【緑】はくさい,しいたけ,にんじん,さやいんげん,パインアップル缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ごまごま豆腐パン</p>	<p><b>7</b> 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ,しめじ) 鯖のカレー焼 菜の花のごま和え バナナ</p> <p><small>【赤】さば,EM牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,ごま,きび砂糖,強力粉,薄力粉,バター,ゴマ(黒) 【緑】かぼちゃ,しめじ,ネギ,なばな,コーン,にんじん,バナナ,にんじん・ジュース・缶詰</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズスティック</p>	<p><b>8</b> 麦ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) クーブイリチー マヨチーズちくわ りんご</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐,豚・かた・赤肉,カマボコ,竹輪,チーズ,脱脂粉乳,クリーム,EM牛乳,豚肉 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,マヨドレ,うどん 【緑】ネギ,昆布,しいたけ,にんじん,パセリ,りんご,キャベツ,ビーマン,プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 焼きうどん(おやつ) プルーン</p>	<p><b>9</b> 麦ご飯 みそ汁(白菜,えのき) 魚てんぷら(卵抜き) ひじき炒め みかん</p> <p><small>【赤】キングクリップ,豆乳,豚・かた・赤肉,大豆,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,こんにやく,油,もち米,きび砂糖 【緑】はくさい,えのき,ひじき,にんじん,さやいんげん,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きなこおはぎ</p>	<p><b>10</b> キッズビビンバ みそ汁(豆腐,ねぎ) 大根の甘酢和え ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚肉,沖繩豆腐,ソファール,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,ごま油,きび砂糖,ごま,たまごパン 【緑】にんにく,しょうが,たけのこ缶,しいたけ,にんじん,りょくとうもやし,ほうれん草,ネギ,大根,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 たまごパン バナナ</p>	 <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">建国記念の日</p>
<p><b>13</b> あわご飯 みそ汁(キャベツ,厚揚げ) なすの挽き肉炒め マカロニサラダ</p> <p><small>【赤】生揚げ,豚ひき肉 【黄】精白米,あわ精白粒,油,スパゲティ麺,マヨドレ,カルゲン 【緑】キャベツ,ナス,にんじん,たまねぎ,さやいんげん,きゅうり,干しぶどう,梅干し,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) 梅おかかおにぎり</p>	<p><b>14</b> 麦ご飯 すまし汁(小松菜,えのき) 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ含め煮 みかん</p> <p><small>【赤】しるさげ,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,薄力粉,炭酸飲料・サイダー,黒砂糖 【緑】こまつな,えのき,たまねぎ,キャベツ,しめじ,かぼちゃ,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 そぼろボーボー</p>	<p><b>15</b> 麦ご飯 みそ汁(山東菜,豆腐) ポークのアップルソース 野菜炒め(キャベツ,ビーマン) バナナ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐,豚かた肉,まぐろ・缶,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,食パン,バター 【緑】さんとうさい,りんご,キャベツ,にんじん,りょくとうもやし,ビーマン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きな粉ラスク</p>	<p><b>16</b> お弁当会</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p><b>17</b> カレーライス(チキン) ブロッコリーのおかかチーズ和え 味付小魚</p> <p><small>【赤】グリーンピース,鶏肉,鶏レバー,チーズ,ゴマなしミニフィッシュ,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,かりんとう 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,ブロッコリー,タンゼロ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう たんかん</p>	<p><b>18</b> マーボー豆腐丼 ナムル 飲む野菜と果実</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐,豚ひき肉,豚レバー,鶏ささ身,EM牛乳,さば缶詰 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油,そうめん,油 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,ニラ,ほうれん草,りょくとうもやし,きゅうり,ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ソーメンタチャー</p>
<p><b>20</b> あわご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(もやし,ひじき) シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】鶏・手羽,豚かた肉,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,シークワサーゼリー,米粉,きび砂糖 【緑】キャベツ,えのき,たまねぎ,にんじん,りょくとうもやし,ひじき,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>21</b> きのこスパゲティ 豚肉と白菜のスープ しらすのサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚かた肉,しらす,豚肉 【黄】スパゲティ麺,ごま油,マヨドレ,精白米,油 【緑】にんじん,たまねぎ,しいたけ,しめじ,ぶなしめじ,ビーマン,焼きのり,はくさい,こまつな,コーン,バナナ,昆布,ネギ,プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 クワジュージーおにぎり プルーン</p>	<p><b>22</b> 麦ご飯 魚汁(カラシナ) 炒りどり モズク酢(みかん)</p> <p><small>【赤】たい,鶏肉,みどり調整豆乳 【黄】精白米,おし麦,さといも,油,きび砂糖,食パン 【緑】からしな,にんじん,ごぼう,たけのこ・缶,しいたけ,さやいんげん,沖繩もずく,きゅうり,みかん,いちご・ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p><b>23</b></p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">天皇誕生日</p> <p style="text-align: center;">  </p>	<p><b>24</b> そぼろ丼 白菜サラダ 誕生 チーズ10鉄分入り 会</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,鶏卵,型抜きチーズ10鉄分,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,さつま芋 【緑】ほうれん草,はくさい,りんご,きゅうり,にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p><b>25</b> 沖繩そば(肉入り) 小松菜と油揚げのおかか和え たんかん</p> <p><small>【赤】豚肉,カマボコ,油揚げ,EM牛乳 【黄】沖繩そば,きび砂糖,精白米 【緑】なが昆布,にんじん,ネギ,こまつな,タンゼロ,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 わかめおにぎり</p>
<p><b>27</b> 麦ご飯 イナムドチ からし菜チャンプルー バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた肉,カマボコ,沖繩豆腐,EM牛乳,ウインナー,チーズ,牛乳,ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,ホットケーキ,マヨドレ 【緑】大根,しいたけ,からしな,にんじん,たまねぎ,バナナ,キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きやべつまフィン 味付小魚</p>	<p><b>28</b> 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,さつま芋) 魚ハンバーグ ブロッコリーソーテー みかん</p> <p><small>【赤】キングクリップ,鶏ひき肉,豆乳,豚かた肉,チーズ 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,油,パン粉 【緑】キャベツ,たまねぎ,ブロッコリー,にんじん,コーン,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>節分は立春の前日、冬が終わって春に移るとい季節の変わり目を意味します。豆まきは災いを追い払い、福を呼び込むという願いを込めて行われてきた風習です。立春を迎えて、暦の上では春ですが、1年で一番寒い時期です。感染症の予防・重症化を防ぐためには密を避け、手洗いの徹底の他、日々の健康管理も重要になってきます。バランスよく、いろいろなものを食べて、元気な体づくりを心がけましょう♪</p> <p style="text-align: center;">  </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