

予 定 献 立 表

2023年3月分

月	火	水	木	金	土
<p>食育活動を実施するにあたり、様々な制限はありましたが、工夫をしながらお友達や先生と楽しい時間を分け合ってきました。この1年で、子どもたちは心も体も見違えるほど大きく成長しました。</p> <p>今年度も残りわずかとなりましたが、みんなで食べる時間を大切にしながら楽しく過ごしていきたいと思ひます。</p> 		<p>1 麦ご飯 みそ汁(白菜,しめじ) 豆腐のあげぼの揚げ きんぴら風煮(いんげん) りんご</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐,ベにぎげ,豚肉,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,やま芋,油,ホットケーキ,ゴマ(黒) 【緑】はくさい,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;">EM酪農牛乳 セサミスティック</p>	<p>2 ゆかりご飯 ソーキ汁(大根) ほうれん草のおかか和え オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉,ソーキ,EM牛乳,豆乳,ツ缶 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,薄力粉,油 【緑】なが昆布,にんじん,大根,しいたけ,ほうれん草,オレンジ,ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ひらやちー</p>	<p>3 ちらしずし(鮭) すまし汁(花麩) 花ウインナー 菜の花和え いちご 三色花ゼリー</p> <p><small>【赤】鶏卵,ベにぎげ,ウインナー 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,ごま,焼きふ,三色花ゼリー 【緑】ひじき,さやいんげん,たまねぎ,ワカメ,なばな,コーン,にんじん,いちご,塩昆布,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり</p>	<p>4 チキンピラフ みそ汁(チンゲン菜,えのき) ポテトサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】若鶏,もも,グリーンピース,EM牛乳 【黄】精白米,油,じゃが芋,マヨドレ,さつま芋,バター,きび砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,にんにく,チンゲンサイ,えのき,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 キャラメルポテト</p>
	<p>6 ふりかけご飯 豚汁 麩チャンプルー フルーツゼリー(巨峰)</p> <p><small>【赤】豚かた肉,豚肉,鶏卵,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,さといも,油,ふ,ライ麦,薄力粉,きび砂糖 【緑】大根,こまつな,にんじん,根深ねぎ,キャベツ,たまねぎ,りよくとうもやし,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>7 麦ご飯 なめこ汁(ネギ) チキンアップルソース 野菜炒め(青菜) 味付小魚</p> <p><small>【赤】豆腐,成鶏,もも,豚かた肉,ゴマなしミニフィッシュ,EM牛乳,ハム,ピザチーズ 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,食パン 【緑】なめこ,ネギ,りんご,チンゲンサイ,にんじん,りよくとうもやし,ピーマン,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ピザトースト</p>	<p>8 麦ご飯 すまし汁(大根,わかめ,ねぎ) 鯖の味噌煮(玉ねぎ) ブロッコリーの和え物 みかん</p> <p><small>【赤】さば,しらす,油揚げ,型抜きチーズ10鉄分 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま 【緑】大根,わかめ,ネギ,しょうが,たまねぎ,ブロッコリー,トマト,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 チーズ10鉄分入り</p>	<p>9 麦ご飯 みそ汁(山東菜,油揚げ) ごぼう入り鶏つくね パイパイリチー りんご</p> <p><small>【赤】油揚げ,鶏ひき肉,鶏レバー,沖繩豆腐,まぐろ缶,EM牛乳,脱脂粉乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,薄力粉,きび砂糖 【緑】さんとうさい,ごぼう,たまねぎ,しょうが,パパイア,にんじん,ニラ,りんご,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>10 カレーライス(ポーク) おからサラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚かた肉,豚レバー,おから,竹輪,ソファール,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,マヨドレ,はちや棒 【緑】たまねぎ,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 はちや棒 バナナ</p>
<p>13 あわご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐,牛かた肉,ローズ,グリーンピース,EM牛乳,ナチュラルチーズ,牛乳,チーズ 【黄】精白米,あわ精白粒,油,じゃが芋,こんにやく,きび砂糖,薄力粉 【緑】ネギ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,ワカメ,レモン,バナナ,ほうれん草</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>14 スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ 粉ふきいも(青のり) 豆乳プリン</p> <p><small>【赤】ウインナー,チーズ,豚かた肉,挽きわり納豆,豚ひき肉,ゴマなしミニフィッシュ 【黄】精白米,おし麦,スバゲティ麺,油,じゃが芋,精白米,きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,トマト,ピーマン,はくさい,あおのり,ネギ,焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり 味付小魚</p>	<p>15 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも,玉ねぎ) わかさぎのオランダ揚げ 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) デコパン</p> <p><small>【赤】わかさぎ,チーズ,豆乳,豚かた肉,EM牛乳,きな粉,いか,くん製 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,薄力粉,油,くずでん粉,黒砂糖 【緑】たまねぎ,ネギ,にんじん,パセリ,キャベツ,ピーマン,りよくとうもやし,ダンゴール</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち するめ</p>	<p>16 お弁当会</p>  <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スコーン</p>	<p>17 麦ご飯 ポークビーンズ(レバー) 切り干し大根サラダ チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,まぐろ缶,型抜きチーズ10鉄分,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,スバゲティ麺,油,ごま,きび砂糖,食パン 【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,いちご,ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>18 卒園式</p> 
<p>20 クワアージュシー さつま汁 きゅうりともやしの和え物 シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉,若鶏,もも,ツ缶 【黄】精白米,油,さつま芋,こんにやく,シークワサーゼリー,カルゲン,マヨドレ 【緑】にんじん,昆布,ネギ,大根,根深ねぎ,きゅうり,りよくとうもやし,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) ツナマヨおにぎり</p>	<p>21 春分の日</p> 	<p>22 麦ご飯 すまし汁(小松菜,しめじ) ごぼうと牛肉のみそ煮 マカロニサラダ パイン缶</p> <p><small>【赤】牛かた肉,ローズ,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,きび砂糖,スパゲティ麺,マヨドレ,薄力粉,油,ごま 【緑】こまつな,しめじ,ごぼう,にんじん,しょうが,きゅうり,干しぶどう,パインアップル缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 サーターアダーギー</p>	<p>23 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ,水菜) 鮭の塩麩焼き 野菜炒め(ブロッコリー) みかん</p> <p><small>【赤】生揚げ,しらす,さけ,豚肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,もち米,きび砂糖 【緑】きょうな,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きなおはぎ(あん)</p>	<p>24 麦ご飯 ビーフシチュー フルーツサラダ 味付小魚</p> <p><small>【赤】牛かた肉,ローズ,豚レバー,クリーム,ヨーグルト,ゴマなしミニフィッシュ,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,薄力粉,バター,かりんとう 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,ピーマン,みかん,バナナ,干しぶどう,スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう 茹でコーン</p>	<p>25 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) ポークケチャップ かぼちゃ含め煮 バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた肉,赤肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,スパゲティ麺,黒砂糖 【緑】キャベツ,えのき,たまねぎ,にんじん,ピーマン,かぼちゃ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖カステラ</p>
<p>27 納豆ごはん みそ汁(白菜,長ネギ,油揚げ) デークニーリチー 清見みかん</p> <p><small>【赤】納豆,油揚げ,豚かた肉,EM牛乳,豆腐,豆乳,ホイップクリーム,植物性脂肪 【黄】精白米,おし麦,油,米粉,きび砂糖,粉糖 【緑】はくさい,根深ねぎ,大根,にんじん,さやいんげん,タンゴール</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 カップケーキ(ココア)</p>	<p>28 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,さつま芋) ハンバーグ(アレルギー対応) スパゲティサラダ プルーン</p> <p><small>【赤】牛ひき肉,豚ひき肉,沖繩豆腐,まぐろ缶 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,じゃが芋,油,スパゲティ麺,マヨドレ,ロールパン 【緑】キャベツ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,干しぶどう,プルーン,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(プルーン)80 ツナサンド</p>	<p>29 麦ご飯 みそ汁(なす,厚揚げ) 鯖の香味焼き クープイリチー りんご</p> <p><small>【赤】生揚げ,さば,豚かた肉,カマボコ,EM牛乳,豚肉 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,こんにやく,油,うどん 【緑】ナス,しょうが,にんにく,昆布,しいたけ,にんじん,りんご,たまねぎ,からしな</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 みそおにぎり</p>	<p>30 親子丼 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) なます あまなつ</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏卵,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,米粉 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,しめじ,えのき,こまつな,大根,なつみかん,かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かぼちゃポーロ</p>	<p>31</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