

予 定 献 立 表

2019年4月分

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|--|--|--|---|---|--|---|
| <p>1 麦ご飯 ポークカレー ほうれん草の胡麻和え いちご</p> <p>入園式</p> <p>【赤】豚肉、鶏レバー、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、バター、じゃが芋、ごま、砂糖、はちみつ 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、ほうれん草、葉いちご</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 米粉ホットケーキ(コア)</p> | <p>2 ご飯 コーンスープ(キャベツ) マーボー豆腐 ポテトサラダ デコボン</p> <p>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、しろさげ、煮干し 【黄】胚芽米、砂糖、ごま油、じゃが芋 【緑】コーン、キャベツ、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、にら、にんじん、きゅうり、タンゴール、焼きのり</p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり 煮干し佃煮</p> | <p>3 ご飯 みそ汁(カラシナ、ジャガイモ) 魚のてんぷら デークニーイリチー りんご</p> <p>【赤】キングクリップ、豚肉、EM牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、じゃが芋、ずでん粉、黒砂糖 【緑】からしな、大根、にんじん、さやいんげん、りんご</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p> | <p>4 ふりかけご飯 すまし汁(小松菜、シメジ) ハンバーグ ブロッコリーのおかかチーズ和え プチトマト</p> <p>【赤】牛・ひき肉・生、豚レバー、チーズ、EM牛乳 【黄】胚芽米、さつま芋、三温糖 【緑】こまつな、しめじ、たまねぎ、ブロッコリー、トマト</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 さつまいもクッキー</p> | <p>5 親子どんぶり 小松菜の和え物(おかか) はっ酵乳(固形)</p> <p>【赤】鶏肉、鶏卵、はっ酵乳、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、こまつな、りょくとうもやし、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 はちや棒 バナナ</p> | <p>6 ご飯 みそ汁(えのき、わかめ) チキン照り焼き 野菜炒め(キャベツ、インゲン) オレンジ</p> <p>【赤】成鶏・もも・生、豚肉、しらす 【黄】胚芽米 【緑】えのき、わかめ、根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ、さやいんげん、りょくとうもやし、オレンジ、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">きになる野菜(アプル&キャロット) ゆかりおにぎり</p> | |
| <p>8 ご飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) 松風焼き きゅうりともやしの和え物 バナナ</p> <p>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、EM牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、ふ、三温糖、ごま、砂糖 【緑】チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、りょくとうもやし、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 三月菓子</p> | <p>9 あわご飯 すまし汁(大根、わかめ、ねぎ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) 野菜炒め(もやし、ピーマン、キャベツ)</p> <p>【赤】さば、豚肉、EM牛乳、鶏卵、ツ缶 【黄】胚芽米、三温糖 【緑】大根、わかめ、しょうが、たまねぎ、にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、ピーマン、りんご、にら</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ひらやちー</p> | <p>10 スパゲティーミートソース とうもろこしのスープ キャベツサラダ</p> <p>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、さくらえび 【黄】スパゲティ麺、バター、砂糖、胚芽米 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、コーン、アスパラガス、キャベツ、みかん、こまつな</p> <p style="text-align: center;">Newヤクルト 青菜おにぎり</p> | <p>11 ご飯 みそ汁(油揚げ、もやし、青菜) 鮭の照り焼き クーブイリチー あまなつ</p> <p>【赤】油揚げ、しろさげ、豚肉、かまぼこ、EM牛乳、チーズ 【黄】胚芽米、三温糖、こんにやく、強力粉、バター 【緑】りょくとうもやし、こまつな、昆布、しいたけ、にんじん、なつみかん、にんじん、ジュース</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズスティック</p> | <p>12 ロールパン クリームシチュー(豚肉) ほうれん草サラダ ミニセリー(フルーン)</p> <p>【赤】豚・かた・赤肉・生、豚レバー、クリーム、牛乳、しらす 【黄】パン、じゃが芋、バター 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、ブロッコリー、ほうれん草、りょくとうもやし、えだまめ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒棒 枝豆</p> | <p>13 ご飯 豚汁 豆腐チャンプルー パイン缶</p> <p>【赤】豚肉、沖縄豆腐、まぐろ、缶詰、EM牛乳 【黄】胚芽米、さといも、こんにやく、ライ麦、全粒粉、三温糖 【緑】大根、ごぼう、にんじん、根深ねぎ、ピーマン、キャベツ、パインアップル、缶、干しぶどう</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スコーン</p> | |
| <p>15 ご飯 みそ汁(小松菜、豆腐) 豚肉のしょうが焼 かぼちゃ含め煮 プルーン</p> <p>【赤】豆腐、豚肉、ツ缶 【黄】胚芽米 【緑】こまつな、たまねぎ、ピーマン、しょうが、かぼちゃ、プルーン、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり</p> | <p>16 ふりかけご飯 すまし汁(シメジ、みつば) 鶏のから揚げ ナムル(春雨) いちご</p> <p>【赤】成鶏・もも、鶏ささ身、さば、缶詰、水煮 【黄】胚芽米、はるさめ、乾、ごま油、砂糖、そうめん、油 【緑】しめじ、えのき、ミツバ、ほうれん草、葉、にんじん、きゅうり、いちご、にら</p> <p style="text-align: center;">ジョア(プレーン) ソーメンタシャー</p> | <p>17 ご飯 白菜スープ 鮭のマヨネーズ焼き ブロッコリーソテー バナナ</p> <p>【赤】豚かた肉、べにさげ、みどり調整豆乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、フランスパン、三温糖、バター 【緑】はくさい、にんじん、しめじ、たまねぎ、ブロッコリー、バナナ</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 フレンチトースト</p> | <p>18 ご飯 みそ汁(チンゲン菜、じゃが芋) チキンマレード煮 ひじき炒め りんご</p> <p>【赤】成鶏・手羽、豚肉、EM牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、ケーキ 【緑】チンゲンサイ、オレンジ、マレード、ひじき、にんじん、さやいんげん、りんご</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p> | <p>19 もずく丼 食育の日 きゅうりの和え物 シークワーサーゼリー</p> <p>【赤】豚ひき肉、鶏卵、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、砂糖、三温糖、ごま油、黒砂糖 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、きゅうり、トマト、スイートコーン</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 茹でコーン 黒糖</p> | <p>20 チキンピラフ すまし汁(絹ごし、青菜) マカロニサラダ オレンジ</p> <p>【赤】若鶏・もも、豆腐、まぐろ、缶詰、EM牛乳、牛乳 【黄】胚芽米、スパゲティ麺 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、ほうれん草、葉、きゅうり、干しぶどう、オレンジ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 プリッツ(人参)</p> | |
| <p>22 ご飯 みそ汁(山東菜、麩) 生揚げのそぼろ煮 塩昆布和え 愛媛県産甘夏フレッシュ</p> <p>【赤】豚ひき肉、生揚げ、EM牛乳 【黄】胚芽米、ふ、はるさめ、三温糖 【緑】さんとうさい、にんじん、さやいんげん、きゅうり、塩昆布、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 米粉のバナナ蒸しケーキ</p> | <p>23 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) 揚げ魚のケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) パイン缶</p> <p>【赤】キングクリップ、豚ひき肉、しらす、油揚げ、煮干し 【黄】胚芽米、三温糖、ごま、砂糖 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、にんじん、りょくとうもやし、ゆで、ブロッコリー、パインアップル、缶</p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 煮干し佃煮</p> | <p>24 お誕生日おめでとう  ばんとうおねがいしまへす</p> | <p>25 ご飯 みそ汁(さつま芋、白菜) 鯖の塩焼き 人参シリシリ(かつお節) りんご</p> <p>【赤】さば・生、EM牛乳、鶏卵、チーズ、牛乳 【黄】胚芽米、さつま芋、ごま油、砂糖 【緑】はくさい・生、にんじん、ネギ、りんご、コーン</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 コーンのお焼き</p> | <p>26 麦ご飯 ベジタブルカレー もずく酢(みかん) チーズで鉄</p> <p>【赤】豚ひき肉、豚レバー、牛乳、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、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、いちご、ジャム</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ジャムパン</p> | <p>27 野菜そば 白和え(ほうれん草) バナナ</p> <p>【赤】豚・かた、かまぼこ、沖縄豆腐、ツ缶、EM牛乳、豚ひき肉 【黄】沖縄そば胚芽米、三温糖 【緑】にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、ほうれん草、葉、バナナ</p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 味噌おにぎり</p> | |
| <p>29 昭和の日 </p> | <p>30 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー チーズで鉄</p> <p>【赤】納豆、豚肉、かまぼこ、沖縄豆腐、豆乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく、白玉粉、三温糖、バター、ココナツパウダー 【緑】大根、しいたけ、からしな、にんじん、かぼちゃ</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ココナツもちケーキ</p> | <p>～ご入園、ご進級おめでとうございます～</p> <p>春の暖かな日ざしの中、新しい環境での生活がスタートしました。</p> <p>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。</p> <p>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> | | | | <p></p> <p>朝ごはんを食べよう</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・キウイ・牛肉・くるみ・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・ごま・カシューナッツ
★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生