

予 定 献 立 表

2019年8月分

月	火	水	木	金	土
<p>9時就寝</p> <p>規則正しい生活をしよう</p> 			<p>1 ご飯 みそ汁(じゃがいも) さばのおろし煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) りんご</p> <p>【赤】さば、豚肉、EM牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖、バター、砂糖 【緑】ネギ、しょうが、大根、にんじん、キャベツ、りょうとうもろやし、ピーマン、りんご、ニガウリ、バナナ</p> <p>EM酪農牛乳 若夏ケーキ</p>	<p>2 麦ご飯 ボルシチ へちまサラダ</p> <p>【赤】牛ひき肉、豚レバー、クリーム、ツナ缶、EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター、オリーブ油、砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、さやいんげん、へちま、コント、トマト、レモン、オレンジ</p> <p>EM酪農牛乳 はちや棒 オレンジ</p>	<p>3 ご飯 みそ汁(大根、えのき) チキンのケチャップ煮 小魚サラダ ぶどう</p> <p>【赤】鶏手羽しらす、豚肉 【黄】胚芽米、ごま油、ミルミル 【緑】大根、えのき、ネギ、たまねぎ、キャベツ、ひじき、にんじん、コン、ぶどう、しいたけ、からしな</p> <p>ミルミル ポロポロジュシー</p>
<p>5 ご飯 みそ汁(山東菜、しめじ) 炒り豆腐 もーういの和え物</p> <p>【赤】沖縄豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、EM牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく、三温糖、砂糖、食パン、バター 【緑】さんとうさい、しめじ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、ネギ、モウイ、みかん</p> <p>EM酪農牛乳 シナモントースト</p>	<p>6 えんそく</p> 	<p>7 スパゲティーミートソース すまし汁(チンゲン菜、大根) 茹でコーン ぶどう</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、胚芽米 【緑】にんじん、たまねぎ、ナシ、しいたけ、チンゲンサイ、大根、スイートコーン、ぶどう、こまつな</p> <p>麦茶 青菜おにぎり チーズでカルシウム</p>	<p>8 ふりかけご飯 みそ汁(キャベツ、油揚げ) 魚のフライ(磯部) インゲンのおかか和え プチトマト</p> <p>【赤】油揚げ、キングクリップ、EM牛乳、牛乳 【黄】胚芽米 【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん、あおのり、さやいんげん、トマト</p> <p>EM酪農牛乳 ゴマボッキー</p>	<p>9 ロールパン かぼちゃと豆のシチュー 小松菜とコーンの和え物 プルーン</p> <p>【赤】鶏むね、大豆、牛乳、クリーム、豆乳、しらす 【黄】ロールパン、バター、ごま、砂糖、胚芽米 【緑】かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、こまつな、コーン、プルーン、塩昆布</p> <p>みどり調整豆乳 塩昆布おにぎり</p>	<p>10 ご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) すきやき風煮 ゆかり和え オレンジ</p> <p>【赤】牛かたろー、沖縄豆腐、EM牛乳、脱脂粉乳、鶏卵 【黄】胚芽米、こんにやく、砂糖 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、にんじん、はくさい、きゅうり、オレンジ、もも缶</p> <p>EM酪農牛乳 ビーチマフィン</p>
<p>12 振替休日</p> 	<p>13 ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが オクラのおかか和え ミニセリー(白桃)</p> <p>【赤】ゆし豆腐、牛肉、グリーンピース、EM牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖、強力粉、黒砂糖、ごま 【緑】ネギ、たまねぎ、にんじん、オクラ、干しぶどう</p> <p>EM酪農牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>14 ご飯 みそ汁(なす) 揚げ魚のケチャップあえ 野菜炒め(人参、ピーマン) オレンジ</p> <p>【赤】まぐろ、ツナ缶、EM牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、三温糖、フランスパン、砂糖、バター 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、にんじん、ピーマン、キャベツ、オレンジ</p> <p>EM酪農牛乳 きな粉ラスク</p>	<p>15 ご飯 すまし汁(シメジ、みつば) マーボー豆腐(ハチマ) なます メロン</p> <p>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、EM牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、ごま油、ケーキ 【緑】しめじ、えのき、ミツバ、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ハチマ、ニラ、大根、メロン</p> <p>EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>16 麦ご飯 ベジタブルカレー マカロニサラダ はっ酵乳(固形)</p> <p>【赤】豚ひき肉、豚レバー、牛乳、まぐろ缶詰、はっ酵乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、スパゲティ麺、さつまいも、黒砂糖 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、トマト、キャベツ、ニガウリ、にんにく、にんじん、きゅうり、干しぶどう</p> <p>麦茶 蒸し芋 黒糖</p>	<p>17 野菜そば 大豆サラダ りんご</p> <p>【赤】豚かたろー、大豆、EM牛乳、ツナ缶 【黄】胚芽米、ごま油、ごま、胚芽米 【緑】にんじん、キャベツ、りょうとうもろやし、トマト、きゅうり、ひじき、りんご、味噌付けのり</p> <p>EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p>
<p>19 ご飯 みそ汁(ハチマ、鶏肉) ゴーヤーチャンプルー のモズクの酢の物 日 チーズで鉄</p> <p>【赤】鶏もも、沖縄豆腐、豚肉、EM牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、三温糖、黒砂糖 【緑】ハチマ、しめじ、たまねぎ、にんじん、ニガウリ、きゅうり、沖縄もずく、みかん</p> <p>EM酪農牛乳 そべポーポー</p>	<p>20 お誕生日おめでとう</p>  <p>お誕生日おめでとう</p>	<p>21 ご飯 みそ汁(冬瓜、ねぎ) レバーのカレー揚げ キャベツの塩昆布和え 桃</p> <p>【赤】豚レバー、鶏卵、EM牛乳、鶏卵、生 【黄】胚芽米、三温糖、くるみ 【緑】とうがん、ワカメ、ネギ、にんにく、キャベツ、コーン、塩昆布、もも、にんじん</p> <p>EM酪農牛乳 人参ケーキ</p>	<p>22 ご飯 みそ汁(山東菜、生揚げ) 魚ハンバーグ きんぴら風煮 ぶどう</p> <p>【赤】生揚げ、キングクリップ、鶏ひき肉、鶏卵、豚肉、しらす 【黄】胚芽米、ごま、三温糖 【緑】さんとうさい、たまねぎ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、ぶどう、にんじん、ひじき</p> <p>麦茶 じゃこひじきおにぎり</p>	<p>23 ご飯 八宝菜 かぼちゃサラダ プチトマト</p> <p>【赤】豚肉、EM牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、じゃが芋、食パン 【緑】はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ、ピーマン、かぼちゃ、きゅうり、トマト、ブルーベリー、ジャム</p> <p>EM酪農牛乳 ジャムパン</p>	<p>24 ご飯 みそ汁(小松菜、麩) ハニースパイシーチキン 赤瓜の煮つけ バナナ</p> <p>【赤】鶏もも、豚肉、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、ふばちみつ、三温糖、さつまいも 【緑】こまつな、にんにく、モウイ、にんじん、バナナ</p> <p>EM酪農牛乳 さつまいも蒸しカップ</p>
<p>26 納豆ごはん みそ汁(カラシ、じゃがいも) 切り干し大根炒め オレンジ</p> <p>【赤】納豆、豚肉、カマエ、EM牛乳、ナチュラルチーズ、鶏卵、チーズ 【黄】胚芽米、じゃが芋、こんにやく、三温糖、砂糖 【緑】からしな、切り干し大根、にんじん、しいたけ、オレンジ、ほうれんそう</p> <p>EM酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>27 ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 冬瓜の煮物 しそ入り卵焼き パインアップル</p> <p>【赤】鶏もも、鶏卵、さば缶詰 【黄】胚芽米、ごま油、そうめん 【緑】しめじ、えのき、きょうな、とうがん、にんじん、ニラ、しそ、パイン</p> <p>ジョア(フレッツ) ソーメンタチャー</p>	<p>28 ご飯 すまし汁(オクラ、ワカメ) 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ含め煮 りんご</p> <p>【赤】しろさげ、EM牛乳、鶏肉、グリーンピース 【黄】胚芽米、三温糖、バター 【緑】オクラ、ワカメ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、かぼちゃ、りんご、にんじん、コーン</p> <p>EM酪農牛乳 ジャワライス(おにぎり)</p>	<p>29 ご飯(ゆかり) みそ汁(レタス、しいたけ) ひじきハンバーグ トマトサラダ(きゅうり) ぶどう</p> <p>【赤】竹輪、豚ひき肉、豚レバー、鶏卵、調整豆乳 【黄】胚芽米、三温糖、オリーブ油、砂糖、ごま 【緑】レタス、しいたけ、ひじき、にんじん、トマト、きゅうり、コーン、ぶどう</p> <p>みどり調整豆乳 砂糖てんぷら</p>	<p>30 麦ご飯 ビーフシチュー 白和え(ゴーヤー、人参) きになる野菜(アップル&キャロット)</p> <p>【赤】牛かた肉、豚レバー、クリーム、沖縄豆腐、ツナ缶、アイス、クリーム 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、ピーマン、ニガウリ、えだまめ</p> <p>アイスクリーム 枝豆</p>	<p>31 ご飯 みそ汁(大根、山東菜) 豚肉のしょうが焼 人参ソテー(シラス) バナナ</p> <p>【赤】豚肉、しらす、豚ひき肉 【黄】胚芽米、ごま油、三温糖 【緑】大根、さんとうさい、たまねぎ、ピーマン、しょうが、にんじん、ネギ、バナナ</p> <p>麦茶 味噌おにぎり</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

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生