

予定献立表

2020年8月分

月	火	水	木	金	土	
<p>31 納豆ごはん イナムドチ 野菜チャンプルー パイン缶</p> <p>【赤】納豆、豚肉、カボチャ、沖繩豆腐、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、白玉粉、三温糖、バター、ココナッツパウダー 【緑】大根、しいたけ、ひじき、にんじん、さやいんげん、キャベツ、パインアップル、缶、かぼちゃ</p> <p>EM酪農牛乳 ココナツもちケーキ</p>					<p>1 チキンピラフ すまし汁(青菜、えのき) ポテトサラダ ぶどう</p> <p>【赤】鶏、もも、EM牛乳、豆腐、きな粉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、白玉粉、三温糖 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、こまつな、えのき、にんじん、きゅうり、コーン、ぶどう</p> <p>EM酪農牛乳 豆腐もち</p>	
<p>3 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、さつまい芋) チキンのケチャップ煮 ひじき炒め プチトマト</p> <p>【赤】鶏、手羽、大豆、油揚げ、煮干し 【黄】精白米、おし麦、さつまい芋、ごま 【緑】キャベツ、たまねぎ、ひじき、にんじん、さやいんげん、トマト、梅干し、しそ、味付けのり</p> <p>麦茶 梅しそおにぎり 煮干し</p>	<p>4 あわご飯 すまし汁(冬瓜、えのき) 鮭の塩焼き 野菜炒め(もやし、ピーマン、キャベツ) パインアップル</p> <p>【赤】しろさげ、豚肉、EM牛乳、鶏卵、牛乳、チーズ 【黄】精白米、砂糖 【緑】とうがん、えのき、ネギ、にんじん、キャベツ、りょうとうもやし、ピーマン、パン、ほうれんそう</p> <p>EM酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>5 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) 炒りどり おくらのおかか和え ぶどう</p> <p>【赤】鶏肉、EM牛乳、豚肉 【黄】精白米、おし麦、ふさといも、ピーマン、ごま油、三温糖 【緑】チンゲンサイ、にんじん、ごぼう、たけのこ、しいたけ、さやいんげん、オクラ、ぶどう、たまねぎ、ごぼう</p> <p>EM酪農牛乳 焼きビーフン</p>	<p>6 麦ご飯 みそ汁(ハチマ、豆腐) 鯖の竜田揚げ キャベツの塩昆布和え 桃</p> <p>【赤】沖繩豆腐、さば、みどり調整豆乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、三温糖 【緑】ハチマ、キャベツ、きゅうり、塩昆布、もも、にんじん</p> <p>みどり調整豆乳 人参ケーキ</p>	<p>7 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 バナナ</p> <p>【赤】鶏、むね、大豆、牛乳、クリーム、しらす 【黄】ロールパン、バター、砂糖、精白米、おし麦、ごま、三温糖 【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、バナナ、にんじん、ひじき</p> <p>麦茶 じゃこひじきおにぎり</p>	<p>8 麦ご飯 みそ汁(なす) チンジャオロース 茹で卵 オレンジ</p> <p>【赤】豚肉、鶏卵、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、砂糖、ごま油、スパゲティ麺、黒砂糖 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、しょうが、たまねぎ、たけのこ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、オレンジ</p> <p>EM酪農牛乳 マカロニきな粉</p>	
<p>10 山の日</p>	<p>11 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、しめじ) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(ブロッコリー) ブルーベリー</p> <p>【赤】鶏、もも、豚、ひき肉、しろさげ 【黄】精白米、おし麦、はちみつ、ミルミル 【緑】チンゲンサイ、しめじ、にんにく、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、ブルーベリー、味付けのり</p> <p>ミルミル 鮭おにぎり</p>	<p>12 あわご飯 みそ汁(カラシナジャガイモ) 魚てんぷら パパイヤイリチー すいか</p> <p>【赤】キングクリップ、豚肉、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、じゃが芋、強力粉、黒砂糖 【緑】からしな、パパイヤ、にんじん、コーン、スイカ、干しぶどう</p> <p>EM酪農牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>13 スパゲティミートソース アース汁 いんげんソテー バナナ</p> <p>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、豆腐、豚肉 【黄】スパゲティ麺、バター、精白米、おし麦、ごま 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、あおさ、さやいんげん、コーン、バナナ、塩昆布、味付けのり</p> <p>麦茶 塩昆布おにぎり チーズで鉄</p>	<p>14 ビビンバ風ごはん みそ汁(かぼちゃ) 茹でコーン ソファール元気ヨーグルト</p> <p>【赤】豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、ごま油、三温糖、ごま 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ、しいたけ、にんじん、りょうとうもやし、ほうれんそう、かぼちゃ、ネギ、スイートコーン、オレンジ</p> <p>EM酪農牛乳 かりんとう オレンジ</p>	<p>15 麦ご飯(ふりかけ) みそ汁(大根、ワカメ) 高野豆腐と野菜のうま煮 さつまいものゴマ和え パイン缶</p> <p>【赤】凍り豆腐、豚、もも、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、さつまい芋、ごま、食パン、バター 【緑】大根、ワカメ、ネギ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、パインアップル、缶</p> <p>EM酪農牛乳 フレンチトースト</p>	
<p>17 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、油あげ) 炒り豆腐 もーういの和え物 チーズで鉄</p> <p>【赤】油揚げ、沖繩豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、三温糖、砂糖、やま芋 【緑】キャベツ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、モウイ、みかん</p> <p>EM酪農牛乳 人参かるかん</p>	<p>18 あわご飯 すまし汁(小松菜、シメジ) 鮭のごま味噌焼き オクラ入り麩炒め オレンジ</p> <p>【赤】しろさげ、豚肉、シメジ、鶏肉、グリーンピース 【黄】精白米、ごま、砂糖、ごま油、ふ、バター 【緑】こまつな、しめじ、オクラ、にんじん、オレンジ、たまねぎ、コーン</p> <p>シメジ(マスカット) ジャワライス(おにぎり)</p>	<p>19 納豆みそごはん 食 ゆし豆腐 青 切り干し大根炒め の いんげんのおかか和え 日 パインアップル</p> <p>【赤】豚ひき肉、ゆし豆腐、豚肉、カボチャ、EM牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、三温糖、こんにやく、砂糖 【緑】ネギ、大根、切り干し大根、にんじん、しいたけ、さやいんげん、パン</p> <p>EM酪農牛乳 三月菓子</p>	<p>おたんじょうかい</p> <p>おべんとう</p> <p>おねがいします!</p>		<p>21 麦ご飯 ポークカレー へちまサラダ バナナ</p> <p>【赤】豚肉、鶏レバー、まぐろ、缶詰、アイスクリーム 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、オリーブ油、砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、ハチマ、コーン、トマト、レモン、バナナ、えだまめ</p> <p>アイスクリーム 枝豆</p>	<p>22 沖繩そば 小松菜としめじのゴマ和え りんご</p> <p>【赤】豚肉、カボチャ、EM牛乳、ソナ缶 【黄】沖繩そば、砂糖、ごま、精白米、おし麦 【緑】なが昆布、にんじん、ネギ、こまつな、しめじ、りんご、味付けのり</p> <p>EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p>
<p>24 麦ご飯(ふりかけ) みそ汁(チンゲン菜、鶏肉) ゴーヤーチャンプルー もずく酢(みかん) チーズで鉄</p> <p>【赤】鶏、もも、沖繩豆腐、豚肉、缶詰、煮干し 【黄】精白米、おし麦、砂糖、三温糖 【緑】チンゲンサイ、しめじ、たまねぎ、にんじん、ニガウリ、沖繩もずく、きゅうり、みかん、味付けのり</p> <p>麦茶 みそおにぎり 煮干し</p>	<p>25 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、小松菜) 魚フライタルタルソース きゅうり和え(オクラ) プチトマト</p> <p>【赤】キングクリップ、鶏卵、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、くずでん粉、黒砂糖 【緑】かぼちゃ、こまつな、ピクルス、たまねぎ、きゅうり、オクラ、トマト</p> <p>EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>26 麦ご飯 すまし汁(シメジ、みつば) マーボーへちま なます メロン</p> <p>【赤】沖繩豆腐、豚ひき肉、豚レバー、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、ごま油、三温糖、はちみつ、さつまい芋 【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、ごぼう、大根、メロン</p> <p>EM酪農牛乳 さつまいも蒸しカップ</p>	<p>27 めわご飯 そうめん汁 魚の味噌照り焼き 野菜炒め(キャベツ) すいか</p> <p>【赤】あこうだい、豚肉、みどり調整豆乳、しらす、油揚げ 【黄】精白米、そうめん、三温糖、ごま、砂糖 【緑】しいたけ、ネギ、キャベツ、にんじん、りょうとうもやし、ピーマン、スイカ</p> <p>みどり調整豆乳 いなり寿司</p>	<p>28 麦ご飯 ハヤシライス フルーツサラダ</p> <p>【赤】牛肉、鶏レバー、ヨーグルト、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、みかん、バナナ、干しぶどう、ブルーベリー、ジャム</p> <p>EM酪農牛乳 ジャムパン</p>	<p>29 麦ご飯 みそ汁(豆腐) 八宝菜 大豆の甘辛揚げ オレンジ</p> <p>【赤】沖繩豆腐、豚肉、大豆、しらす、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、はちみつ、バター 【緑】きょうな、はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ、ピーマン、オレンジ</p> <p>EM酪農牛乳 米粉ケーキ(コア)</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