

# 予 定 献 立 表

2017年11月分

月	火	水	木	金	土
<p>(いい) (にほん) (しょく)</p> <h2 style="text-align: center;">11月24日は「和食の日」</h2> <p>和食の文化について認識を深め、大切さを再認識する日となるよう願いを込めて制定されました。米飯を中心とした栄養バランスに優れた食事構成を持つ和食の文化は、ユネスコ無形文化財に登録されました。日本は、豊かな自然に恵まれた旬の食材があります。できるだけ自然を壊さずに、だし汁や発酵食品のうま味を使うことを目指します。日本特有の素晴らしい食文化を繋げていきましょう。</p>	<p>1 きのご飯 みそ汁(キャベツ・大根) 豆腐コロッケ きゅうりとみかんの和え物</p> <p><small>【赤】油揚げ、大豆、成鶏、もも、沖縄豆腐、ツナ缶、牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米 【緑】しめじ、えのき、赤ピーマン、しいたけ、ひじき、ネギ、大根、キャベツ、にんじん、きゅうり、みかん缶、沖縄もずく、ころ 酪農牛乳 もずく入りひらやちー</small></p>	<p>2 ご飯(胚芽) みそ汁(水菜・油揚げ) チキンマレード煮 野菜炒め(人参キャベツ) パイン缶</p> <p><small>【赤】油揚げ、成鶏、手羽、生、ツナ缶、牛乳 【黄】胚芽米、やま芋、砂糖 【緑】きょうな、かいわれ大根、オレンジ・マレード、にんじん、キャベツ、パイン缶 酪農牛乳 スイートポテト(紫小町)</small></p>	<p>3</p> <h2 style="text-align: center;">文化の日</h2> 	<p>4 麦ごはん(胚芽米) ビーフシチュー</p> <p><small>【赤】牛かた肉、生、クリーム、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター 【緑】にんじん、玉ねぎ、しめじ、ぶなしめじ、生、ピーマン 酪農牛乳 ホットケーキ</small></p>	
	<p>6 ご飯(胚芽) ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが 白菜の和え物 ミニゼリー(白桃)</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、牛肉、グリーンピース、しらす、チーズ 【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖 【緑】ネギ、玉ねぎ、にんじん、はくさい、きゅうり、ミニゼリー Ca飲料(リンゴ) おかかチーズおにぎり</small></p>	<p>7 麦ごはん(胚芽米) なすの味噌汁(ネギ) 鮭の味噌きのこあんかけ キャベツのゴマ和え 青切りみかん</p> <p><small>【赤】しろさげ、EM牛乳、ナチュラルチーズ・クリーム、鶏卵、牛乳、チーズ 【黄】胚芽米、おし麦、ごま油、ごま、砂糖 【緑】ナス、ワカメ、ネギ、しめじ、えのき、にんじん、玉ねぎ、しょうが、キャベツ、ほうれんそう、温州みかん 酪農牛乳 チーズ蒸しパン</small></p>	<p>8 三色丼(鶏ひき肉) すまし汁(シメジ・みつば) モズクの酢の物 柿</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、さつま芋、黒砂糖 【緑】からしな、シメジ、みつば、きゅうり、沖縄もずく、レモン、甘がき 酪農牛乳 大学芋</small></p>	<p>9 ご飯(胚芽) 豚汁 からし菜チャンプルー 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豚肉、油揚げ、沖縄豆腐、豚中型種、もも、脂身つき、牛乳、しろさげ、生 【黄】胚芽米、さといも、生、ごま 【緑】大根、ごぼう、根深ねぎ、からしな、にんじん、温州みかん、焼きのり 酪農牛乳 鮭おにぎり</small></p>	<p>10 麦ごはん(胚芽米) ベジタブルカレー フルーツサラダ(みかん)</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、牛乳、ヨーグルト、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、パン 【緑】かぼちゃ、玉ねぎ、トマト、キャベツ、にんにく、みかん、バナナ、干しぶどう 酪農牛乳 あんぱん</small></p>
<p>13 ご飯(胚芽) みそ汁(チンゲン菜・麩) 豚肉のしょうが焼 人参シソ 梨</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏卵、牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、ふ、ごま油、くずでん粉、黒砂糖 【緑】チンゲンサイ、玉ねぎ、しょうが、にんじん、ネギ、梨 酪農牛乳 黒糖くずもち</small></p>	<p>14 麦ごはん(胚芽米) 豚肉と椎茸のお汁 魚ハンバーグ ごぼうサラダ 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豚肉、ホギ、生、鶏ひき肉、鶏卵、牛乳、脱脂粉乳 【黄】胚芽米、おし麦、ごま、三温糖、バター、砂糖 【緑】しいたけ、こまつな、玉ねぎ、ごぼう、ゆで、にんじん、さやいんげん、温州みかん、バナナ 酪農牛乳 バナナケーキ</small></p>	<p>15 ご飯(胚芽) クリームシチュー(鮭) トマトサラダ(きゅうり) 誕生会</p> <p><small>【赤】しろさげ、生(切り身)、クリーム、牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、バター、三温糖、ケーキ 【緑】玉ねぎ、にんじん、セロリ、生、ブロッコリー、生、トマト、きゅうり、ワカメ ヨーゴ 誕生会ケーキ</small></p>	<p>16 ご飯(胚芽) みそ汁(白菜油あげ) 肉野菜炒め物 ワカメと春雨のサラダ(トマト) バナナ</p> <p><small>【赤】油揚げ、豚肉、ツナ缶、牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、はるさめ、砂糖 【緑】はくさい、生、にんにく、にんじん、玉ねぎ、モヤシ、きゅうり、ワカメ、トマト、バナナ 酪農牛乳 ぼーぼー</small></p>	<p>17 あずきご飯 さつま芋汁 鶏ささみのカレー粉揚げ キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豚肉、若鶏、ささ身、生、鶏卵、ツナ缶 【黄】胚芽米、あずき水煮、さつま芋、こんにやく、いもチップ、バナナ 【緑】にんじん、ネギ、キャベツ、みかん 酪農牛乳 いもチップ、バナナ</small></p>	<p>18 劇団バク親子観劇 (福祉プラザ)</p>
<p>20 ご飯(胚芽) みそ汁(じゃが芋ワカメ麩) 納豆オムレツ パイパイリチー(ツナ) 梨</p> <p><small>【赤】鶏卵、まぐろ、缶詰水煮フレーク、ホウイ、EM牛乳、豚ひき肉 【黄】胚芽米、ふ、ごま油、くずでん粉、黒砂糖 【緑】チンゲンサイ、ワカメ、パイア、にんじん、ころ、日本なし、味付けのり EM酪農牛乳 味噌おにぎり</small></p>	<p>21 あわご飯(胚芽) なめこ汁(長ネギ) 鯖の竜田揚げ 野菜炒め(もやしひじき) 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豆腐、さば、生、豚肉、豆乳、牛乳 【黄】胚芽米、あわ、三温糖、強力粉・1等、黒砂糖、ごま、乾 【緑】なめこ、生、根深ねぎ、にんじん、キャベツ、モヤシ、ひじき、干しぶどう、温州みかん みどり調整豆乳 黒糖カステラ</small></p>	<p>22 秋の遠足 (お弁当)</p> <p><small>【赤】ツナ缶 【黄】胚芽米、ごま油 【緑】にんじん、ひじき、 麦茶 じゅーしーおにぎり</small></p>	<p>23</p> <h2 style="text-align: center;">勤労感謝の日</h2> 	<p>24 ご飯(胚芽) 和みそ汁(キャベツ・ねぎ) 食切り干し大根炒め の 小松菜の和え物(おかか) 日 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豚肉、カマボコ、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく、三温糖、バター、オートミール 【緑】キャベツ、ネギ、大根、切り干し大根、しいたけ、こまつな、モヤシ、温州みかん、干しぶどう 酪農牛乳 オートミールクッキー</small></p>	<p>25 麦ご飯(胚が米) 炊込みご飯 みそ汁</p> <p><small>【赤】鶏肉、沖縄豆腐、牛乳 【黄】胚芽米、ひじき、しいたけ、さつまいも 【緑】にんじん、ぎ、バナナ 酪農牛乳 焼き芋</small></p>
<p>27 あわご飯(胚芽米) みそ汁(えのき大根) すきやき風煮 ゆかり和え 青切りみかん</p> <p><small>【赤】輸入牛・かたロース、生、沖縄豆腐、牛乳 【黄】胚芽米、しらたき、食パン、バター、ゴマペースト、黒砂糖 【緑】えのき、大根、ネギ、にんじん、はくさい、きゅうり、温州みかん 酪農牛乳 練りゴマトースト(白ゴマ)</small></p>	<p>28 ご飯(胚芽) みそ汁(じゃがいもからし菜) 鮭の塩焼き 野菜炒め(ブロッコリー) バナナ</p> <p><small>【赤】しろさげ、生(切り身)、豚ひき肉、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖、バター 【緑】からしな、にんじん、モヤシ、ブロッコリー、生、バナナ 酪農牛乳 さとう天ぷら</small></p>	<p>29 芋ご飯(胚芽米) すまし汁(シメジみつば) トンカツ(卵抜き) 野菜炒め ミニゼリー</p> <p><small>【赤】まぐろ、缶詰水煮フレーク、ホウイ、豚・ヒレ、赤肉、生、豚肉 【黄】胚芽米、さつま芋、じゃが芋 【緑】しめじ、えのき、シメジ、にんじん、キャベツ、モヤシ、ピーマン ジョア(ブレン) ウエハース</small></p>	<p>30 ふりかけご飯(胚芽) 肉汁 ほうれん草のゴマ和え 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豚肉、豚レバー、沖縄豆腐、かつお節、牛乳 【黄】胚芽米、ごま、砂糖、バター 【緑】なが昆布、にんじん、冬瓜、しいたけ、ほうれん草、しいたけ、もやし、温州みかん 酪農牛乳 ココアホットケーキ</small></p>	<p>《だしのうま味で味覚を育てる》</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>いりこだし</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>かつおだし</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>こんぶだし</p>  </div> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; margin-top: 10px; text-align: center;"> <p>塩分は控えめに。 だしのうま味と少しの調味料で素材のおいさを引き立てましょう</p> </div>	

※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