

予 定 献 立 表

2018年1月分

月	火	水	木	金	土
<p>1月24日 『ムーチーの日』</p> <p>月桃の葉に包んだお餅をカーサムーチーといひます。旧暦の12月8日に家族の健康や子どもたちの健やかな成長を祈願して食べます。</p> <div style="text-align: center;">  </div>			<p>4 麦ご飯(胚が米) チキンカレー ゼリー</p> <p><small>【赤】鶏肉,酪農牛乳, 【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,バター 【緑】玉ねぎ,にんじん,ピーマン,</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 人参カップケーキ</p>	<p>5 ご飯(胚芽) みそ汁(えのき大根) 豚肉のしょうが焼 小魚サラダ パイン缶</p> <p><small>【赤】豚肉,しらす,豚,かた,赤肉-生 【黄】胚芽米,ごま油 【緑】温州みかん,えのき,大根,ネギ,玉ねぎ,しょうが,小松菜,もやし,にんじん,コン,パインアップル,缶,しいたけ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 黒糖カステラ</p>	<p>6 ポロポロジュシー 花ウインナー ゼリー</p> <p><small>【赤】ポーク,鶏卵,牛乳, 【黄】胚芽米,強力粉,じゃがいも 【緑】りんご,キャベツ,にんじん,たまねぎ,ねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ホットケーキ</p>
<p>8 成人の日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>9 ご飯(胚芽) ゆし豆腐(ねぎ) もずく丼 キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐,豚ひき肉,鶏卵,牛乳,クリーム,脱脂粉乳 【黄】胚芽米,砂糖,強力粉 【緑】ネギ,沖繩もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,キャベツ,みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 タンナファクルー</p>	<p>10 ハンダマご飯 すまし汁(大根・カイワレ) 鮭のごま味噌焼き 島ニンジンのきんぴら風 バナナ</p> <p><small>【赤】牛乳,しろさけ-生(切り身),豚肉,豆腐,チーズ 【黄】野菜入りソフトせんべい,胚芽米,砂糖,ごま,ごま油,おし麦,黒砂糖,三温糖,白玉粉 【緑】大根,かいわれ大根,芽生え-生,ごぼう,にんじん,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ぜんざい 型抜きチーズ</p>	<p>11 ご飯(胚芽) みそ汁(かぶ、わかめ) 鏡開き 鶏のから揚げ 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) ミニゼリー(白桃)</p> <p><small>【赤】成鶏,もも-生,まぐろ,缶詰,豚肉 【黄】胚芽米 【緑】かぶ,根,かぶ,ワカメ,にんじん,キャベツ,モヤシ,ピーマン,ひじき,ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) クファジュシー(ひじき入り)</p>	<p>12 ロールパン ポークビーンズ フルーツサラダ(みかん)</p> <p><small>【赤】豆乳,大豆,豚ひき肉,ヨーグルト,牛乳 【黄】ロールパン,スバゲティ麺,さつま芋 【緑】玉ねぎ,にんじん,さやいんげん,みかん,バナナ,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 焼き芋</p>	<p>13 野菜そば ブルー</p> <p><small>【赤】豚,かた,赤肉-生,カマボコ,牛乳,ツナ缶 【黄】沖繩そば,じゃが芋,胚芽米,三温糖 【緑】バナナ,にんじん,キャベツ,モヤシ,ブルー</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 みそおにぎり</p>
<p>15 ご飯(胚芽) みそ汁(白菜油あげ) 鶏と大根の煮物 小松菜の和え物(おかか) たんかん</p> <p><small>【赤】油揚げ,若鶏,もも-生,みどり調整豆乳 【黄】ビスケット,胚芽米,三温糖,くるみ-いり 【緑】はくさい,大根,にんじん,しいたけ,こまつな,たんかん</small></p> <p style="text-align: center;">ミックスジュース 人参ケーキ</p>	<p>16 麦ご飯(胚芽) 絹ごしすまし汁(小松菜) チキンママレード煮 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) ミニゼリー</p> <p><small>【赤】牛乳,豆腐,成鶏,手羽-生,まぐろ,缶詰,牛乳 【黄】野菜入りソフトせんべい,胚芽米,じゃが芋 【緑】こまつな,にんじん,キャベツ,モヤシ,ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ポテトフライ</p>	<p>17 誕生会 お誕生会 (お弁当)</p> <p><small>【赤】 【黄】ケーキ 【緑】</small></p> <p style="text-align: center;">ヨーゴ 誕生会ケーキ</p>	<p>18 ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ油あげ) 炒り豆腐 ポパイサラダ みかん</p> <p><small>【赤】豆乳,油揚げ,沖繩豆腐,鶏ひき肉,鶏卵,牛乳 【黄】胚芽米,こんにやく,しらたき,三温糖,オリブ油,砂糖 【緑】キャベツ,しいたけ,にんじん,玉ねぎ,ほうれんそう,コン,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ゆかりおにぎり</p>	<p>19 麦ごはん(胚芽米) ビーフシチュー おからサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】チーズ,牛かた肉-生,豚レバー,クリーム,カマボコ,はっ酵乳, 【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,ピーマン,きゅうり,コン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ヨーグルト 黒棒</p>	<p>20 ご飯(胚芽) ポークカレー りんご</p> <p><small>【赤】豚肉,牛乳,ツナ缶 【黄】胚芽米 【緑】りんご,玉ねぎ,にんじん,ピーマン,じゃがいも</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p>
<p>22 ご飯(胚芽) すまし汁(とろろ昆布) 松風焼き 野菜炒め(もやしひじき) みかん</p> <p><small>【赤】豆乳(ココア),カマボコ,豚ひき肉,鶏卵,牛乳 【黄】胚芽米,三温糖,ごま,マーガリン,オートミール 【緑】削り昆布,かいわれ大根,玉ねぎ,にんじん,キャベツ,モヤシ,ひじき,温州みかん,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 オートミールクッキー</p>	<p>23 麦ご飯(胚が米) みそ汁(チンゲン菜,豆腐) さばのおろし煮 ひじきとお芋の煮物 バナナ</p> <p><small>【赤】牛乳,豆腐,さば-生,鶏卵,さくらえび,煮干し,ツナ缶 【黄】胚芽米,おし麦,じゃがいも,のむヨーグルト 【緑】チンゲンサイ,しょうが,大根,ひじき,にんじん,バナナ,キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">のむヨーグルト お好み焼き</p>	<p>24 ご飯(胚芽) すまし汁(小松菜・シメジ) ごぼうと牛肉のみそ煮 スパゲティサラダ たんかん</p> <p><small>【赤】チーズ,輸入牛,もも,赤肉-生,牛乳,豆腐,きな粉 【黄】胚芽米,こんにやく,三温糖,スバゲティ麺,白玉粉 【緑】こまつな,大根,ごぼう,にんじん,しょうが,きゅうり,干しぶどう,たんかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 豆腐もち</p>	<p>25 きのコスパゲティ みそ汁(生揚げ・ねぎ) かぼちゃ含め煮 ゼリー</p> <p><small>【赤】牛乳,あかいこ-生,鶏ひき肉,生揚げ,しらす 【黄】野菜入りソフトせんべい,スバゲティ麺,ごま油,胚芽米,ごま-むき,三温糖 【緑】にんじん,玉ねぎ,しいたけ,しめじ,ピーマン,焼きのり,ネギ,ワカメ,かぼちゃ,にんじん,ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) じゃこひじきおにぎり</p>	<p>26 麦ごはん(胚芽米) 大豆と鶏肉のカレー マッシュポテト Newヤクルト</p> <p><small>【赤】鶏肉,大豆,牛乳,牛乳 【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,バター 【緑】バナナ,玉ねぎ,ピーマン,セロリ,にんじん,トマト,にんにく,しょうが</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 紅芋パン</p>	<p>27 ご飯(胚芽) みそ汁(もやし・ワカメ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) ブルー</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,生揚げ,牛乳,脱脂粉乳,鶏卵 【黄】胚芽米,はるさめ,ごま,バター,砂糖 【緑】温州みかん,モヤシ,ワカメ,にんじん,さやいんげん,キャベツ,ブルー,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 パナナケーキ</p>
<p>29 ご飯(胚芽) みそ汁(キャベツ・豆腐) デークニーイリチー 白和え(からし菜) パイン缶</p> <p><small>【赤】豚肉,豆腐,ツナ缶,牛乳 【黄】ビスケット,胚芽米,食パン,バター,砂糖 【緑】キャベツ,ネギ,大根,にんじん,さやいんげん,からし菜,パインアップル,缶</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 シナモントースト</p>	<p>30 ご飯(胚芽) コンスープ(キャベツ) 魚ハンバーグ 人参シソ(かつお節) ミニゼリー(ブルー)</p> <p><small>【赤】ホキ-生,鶏ひき肉,鶏卵,ウインナー,チーズ,牛乳 【黄】胚芽米,ごま油,ミックスジュース 【緑】温州みかん,クリームコーン缶,キャベツ,玉ねぎ,にんじん,ネギ,キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">ミックスジュース きやべつマフィン</p>	<p>31 納豆ごはん みそ汁(豆腐・ネギ・ワカメ) フーイリチー みかん</p> <p><small>【赤】牛乳,納豆,沖繩豆腐,豚肉,鶏卵,牛乳 【黄】野菜入りソフトせんべい,胚芽米,おし麦,ふ,砂糖,さつま芋 【緑】ワカメ,ネギ,モヤシ,にんじん,キャベツ,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 羊天ぷら</p>	<p>【春の七草】 7日の朝、七草がゆを食べると一年健康で過ごせるといわれています。七草の若菜の生命力と栄養をいただき、ごちそうで疲れた胃腸を休めます。七草そろわなくても、小松菜やかぶや大根の葉で代用してもよいでしょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>せり</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>すすな</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>なずな</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>すずしろ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ほとけのざ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>こぎょう</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ほこぺら</p> </div> </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