

予定献立表

2018年2月分

月	火	水	木	金	土
2月3日は節分 季節を分ける日として節分。翌日が立春となり冬と春の分け目の日。 鬼の嫌いな豆をまいて厄払い。恵方巻を食べよい運気を迎え入れます。 大豆を齢の数だけ食べ、無病息災を願います。柊の枝に鰯(いわし)の頭を刺して玄関に飾り、鬼の侵入を防ぐという習わしもあります。					
			1 ちりめん寿司 みそ汁(生揚げ・ねぎ) かぼちゃと豚肉のうま煮 型抜きレアチーズケーキ <small>【赤】鶏卵,しらす,生揚げ,豚,かた,赤肉,生,牛乳,納豆 【黄】胚芽米,砂糖,ごま 【緑】バナナ,にんじん,しそ,キャベツ,ネギ,かぼちゃ,玉ねぎ,さやいんげん,しょうが,にんにく,焼きのり</small> 酪農牛乳 納豆巻き	2 ご飯(胚芽) チキンカレー 小松菜の和え物 節分ミックス <small>【赤】豆乳,鶏肉,豚レバー,牛乳 【黄】胚芽米,じゃが芋,バター,きな粉,パン,食パン 【緑】玉ねぎ,にんじん,グリーンピース-冷凍,こまつな,いちご,ジャム-低糖度</small> 酪農牛乳 ジャムパン(食パン)	3 野菜そば さつまいものゴマ和え 節分 はっ酵乳(固形) <small>【赤】豚,かた,カマホコ,はっ酵乳,牛乳,きな粉 【黄】沖縄そば,さつま芋,ごま,胚芽米,もち米,三温糖 【緑】温州みかん-生,にんじん,キャベツ,モヤシ,さやいんげん</small> 酪農牛乳 きなこおはぎ
5 麦ご飯(胚が米) ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが 白菜の和え物 みかん <small>【赤】豆乳(ココア),ゆし豆腐,牛肉,グリーンピース,牛乳,鶏卵 【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,三温糖,バター,黒砂糖,ごま 【緑】ネギ,玉ねぎ,にんじん,はくさい,きゅうり,温州みかん</small> 酪農牛乳 ゴマクッキー	6 ご飯(胚芽) すまし汁(小松菜シジ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) 大根ときゅうりの和え物 バナナ <small>【赤】はっ酵乳,さば-生,牛乳,豆腐,きな粉 【黄】胚芽米,三温糖,砂糖 【緑】こまつな,しめじ,しょうが,玉ねぎ,きゅうり,大根,バナナ</small> 酪農牛乳 もちもちドーナツ(卵抜き)	7 ご飯(胚芽) ミネストローネ(大豆) ハニースパイシーチキン キャベツサラダ チーズでカルシウム <small>【赤】豚肉,成鶏,もも,チーズ,みどり調整豆乳,しらす 【黄】胚芽米,じゃが芋,はちみつ,砂糖,ごま油,ごま 【緑】温州みかん,にんじん,玉ねぎ,トマト,にんにく,キャベツ,みかん</small> みどり調整豆乳 かんたばーのじゃこおにぎり	8 ご飯(胚芽) イナムドチ(島人参) フーイリチー(卵・豚) みかん <small>【赤】豚肉,カマホコ,豚肉,鶏卵,牛乳 【黄】胚芽米,こんにやく,ふ,三温糖 【緑】大根,しいたけ,モヤシ,にんじん,キャベツ,温州みかん,バナナ</small> 酪農牛乳 米粉のバナナ蒸しケーキ	9 麦ご飯(胚が米) 中華丼(シイタケ・卵) マカロニサラダ(ツナ) ゴマなしミニフィッシュ <small>【赤】豚肉,あかいか,うずら卵,水煮缶,まぐろ,牛乳 【黄】胚芽米,おし麦,三温糖,スパゲティ麺,さつま芋 【緑】バナナ,キャベツ,にんじん,しいたけ,ピーマン,きゅうり,干しぶどう</small> 酪農牛乳 焼き芋	10 麦ご飯(胚が米) みそ汁(生揚げ・ねぎ) 親子どんぶり きゅうりともやしの和え物 <small>【赤】生揚げ,鶏肉,鶏卵,牛乳,牛乳 【黄】胚芽米,おし麦,強力粉・1等,黒砂糖,ごま 【緑】タンゼロ-生,ネギ,ワカメ,にんじん,玉ねぎ,ピーマン,根深ねぎ,きゅうり,モヤシ,干しぶどう</small> 酪農牛乳 黒糖カステラ
12 建国記念日 	13 ご飯(胚芽) みそ汁(さんとうさい・麩) すきやき風煮 土佐和え プルーン <small>【赤】チーズ,輸入牛,かた,ローズ-生,沖縄豆腐,牛乳,鶏卵,脱脂粉乳 【黄】胚芽米,ふ,しらたき,バター,砂糖,くるみ 【緑】さんとうさい,にんじん,はくさい,きゅうり,プルーン</small> 酪農牛乳 ココアクッキーバー	14 スパゲティナポリタン コーンスープ(セロリー・卵) ブロッコリーソテー たんかん <small>【赤】牛乳,ウインナー,チーズ,鶏卵,まぐろ,缶詰水煮,みどり調整豆乳,しろさけ 【黄】スパゲティ麺,オリーブ油,胚芽米,ごま 【緑】にんじん,玉ねぎ,トマト,ピーマン,コーン,セロリー,ブロッコリー-生,タンゼロ-生,焼きのり</small> みどり調整豆乳 鮭おにぎり	15 五目ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 魚のてんぷら(磯部) 白菜の和え物 プルーン <small>【赤】チーズ,揚げ揚げ,ゆし豆腐,キングクリップ,牛乳 【黄】胚芽米,こんにやく,白玉粉,砂糖 【緑】にんじん,ごぼう,しいたけ,ネギ,あおのり-素干し,はくさい,きゅうり,プルーン</small> 酪農牛乳 田芋入りもち	16 麦ご飯(胚が米) シーフードカレー 切り干し大根サラダ ミセリー(プルーン) <small>【赤】ブラックタイガー,あかいか,キングクリップ,豚肉,牛乳,まぐろ-缶詰水煮,牛乳 【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,ごま,三温糖,パン 【緑】バナナ,にんじん,玉ねぎ,にんにく,ピーマン,切り干し大根,きゅうり</small> 酪農牛乳 あんぱん	17 ご飯(胚芽) みそ汁(ワカメ・シジ・豆腐) 鶏と大根の煮物 しらすのサラダ バナナ <small>【赤】沖縄豆腐,若鶏,もも-生,しらす,牛乳 【黄】胚芽米,やま芋,砂糖 【緑】ワカメ,しめじ,大根,にんじん,しいたけ,こまつな,バナナ</small> 酪農牛乳 人参のかるかんカップケーキ
19 納豆ごはん みそ汁(南瓜・玉ネギ・ネギ) からし菜チャンプルー ミニデザート(豆乳プリン) <small>【赤】納豆,沖縄豆腐,豚中型種,もも,牛乳 【黄】ビスケット,胚芽米,おし麦,ライ麦,全粒粉,三温糖 【緑】玉ねぎ,かぼちゃ,ネギ,からし菜,にんじん,干しぶどう</small> 酪農牛乳 スコーン(卵なし)	20 ご飯(胚芽) みそ汁(さんとうさい・麩) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) デコポン <small>【赤】成鶏,手羽-生,豚ひき肉,牛乳,鶏卵,チーズ,牛乳 【黄】胚芽米,ふ,砂糖 【緑】さんとうさい,玉ねぎ,にんじん,モヤシ,ブロッコリー,タンゴール,コーン</small> 酪農牛乳 コーンのお焼き	21 ご飯(胚芽) すまし汁(大根・カイワレ) もずく丼 キャベツサラダ(みそ) バナナ <small>【赤】豆乳,豚ひき肉,鶏卵,牛乳 【黄】胚芽米,砂糖,三温糖,ケーキ 【緑】大根,カイワレ大根,沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,キャベツ,きゅうり,コーン,バナナ</small> 酪農牛乳 誕生会ケーキ	22 ご飯(胚芽) みそ汁(チンゲンサイ・卵) 和風ハンバーグ 人参シリシリ(シラス) バナナ <small>【赤】牛乳,鶏卵,豚ひき肉,鶏ひき肉,しらす,豚肉 【黄】ソフトせんべい,胚芽米,ごま,三温糖,ごま油,さといも 【緑】大根,カイワレ大根,沖縄もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,キャベツ,きゅうり,コーン,バナナ 【赤】チンゲンサイ,玉ねぎ,にんじん,ネギ,バナナ,しいたけ,からし菜</small> みかんジュース ちんぬくジュシー	23 お別れ遠足 (お弁当) <small>【赤】牛乳 【黄】 【緑】バナナ</small> 酪農牛乳 はちや棒 バナナ	24 煮込みうどん ごぼうサラダ はっ酵乳(固形) <small>【赤】豚肉,カマホコ,うずら卵,はっ酵乳,牛乳,ツナ缶 【黄】うどん,じゃが芋,三温糖,胚芽米 【緑】タンゼロ,にんじん,しいたけ,根深ねぎ,こまつな,ごぼう,きゅうり,コーン,味付けのり</small> 酪農牛乳 ツナマヨおにぎり
26 ご飯(胚芽) すまし汁(小松菜シジ) 豚肉のしょうが焼 かぼちゃ含め煮 みかん <small>【赤】チーズ,豚肉,牛乳,脱脂粉乳,鶏卵,グラノーラ 【黄】胚芽米,バター,砂糖 【緑】こまつな,しめじ,玉ねぎ,しょうが,かぼちゃ,温州みかん</small> 酪農牛乳 シリアルクッキー	27 ご飯(胚芽) すまし汁(大根・ワカメ・カイワレ) 鮭のマヨネーズ焼き 野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ) バナナ <small>【赤】ペにざげ,豚肉,牛乳 【黄】胚芽米,さつま芋,さつまいもでん粉,砂糖 【緑】バナナ,大根,ワカメ,いわれ大根,しめじ,玉ねぎ,にんじん,キャベツ,モヤシ,ピーマン,ニラ</small> 酪農牛乳 芋クジアンダーギー	28 ご飯(胚芽) みそ汁(白菜油あげ) クービリチー 白和え(からし菜) たんかん <small>【赤】油揚げ,豚肉,沖縄豆腐,ツナ缶,豚肉 【黄】胚芽米,こんにやく,三温糖,ミルミル,中華めん,ごま油 【緑】はくさい,昆布,しいたけ,にんじん,からし菜,タンゼロ,玉ねぎ,キャベツ,ピーマン,あおのり-素干し</small> ミルミル(ビフィズス菌) 焼きそば(おやつ)	 <p>だいこん、はくさい、しゅんぎく、ほうれんそう、こまつな、みかん、りんご・・・旬の野菜や果物は甘味や栄養が増します。旬の食材をたくさん味わってくださいね。</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