

予 定 献 立 表

2018年11月分

月	火	水	木	金	土	
 <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; text-align: center;">和食</p> <p style="font-size: 1.5em; text-align: center;">～11月24日 和食の日～</p> <p style="text-align: center;">11(いい) 2(にほん) 4(しょく)の語呂合わせから、 五穀豊穣美りのシーズンを迎えるこの時期に、日本の食文化を見直して、「和食」保護・継承の大切さを考える日です。</p>			<p>1 きのご飯 みそ汁(キャベツ、大根) 豆腐コロッケ 柿</p> <p><small>【赤】油揚げ、大豆、成鶏、もも、生、沖繩豆腐、ツナ缶、鶏卵、牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、白玉粉、黒砂糖 【緑】しめじ、えのき、赤ピーマン、しいたけ、ひじき、ネギ、キャベツ、大根、にんじん、かき、甘がき、生</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 だんごの黒蜜かけ</p>	<p>2 麦ごはん ボルシチ 切り干し大根サラダ チーズで鉄</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉・生、豚レバー、クリーム、まぐろ、缶詰、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター、ごま、三温糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、生、さやいんげん、大根、切り干し大根、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 はちや棒 パナナ</p>	<p>3 文化の日</p> 	
<p>5 ご飯 みそ汁(わかめ・麩) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(もやし、ピーマン) 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豆乳(ココア)、成鶏、芋、豚肉、牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、ふくずでん粉、黒砂糖 【緑】ワカメ、ネギ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、りょうとうもやし、ピーマン、温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>6 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) 鯖の塩焼き 小松菜の和え物 柿</p> <p><small>【赤】はっ酵乳、さば 【黄】胚芽米、三温糖 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、ネギ、こまつな、にんじん、甘がき</small></p> <p style="text-align: center;">フルーツジュース 人参ケーキ</p>	<p>7 スパゲティミートソース(なす) アーサ汁 コールスローサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】牛乳、豚ひき肉、豚レバー、チーズ、豆腐、豚肉 【黄】野菜入りソフトせんべい、スパゲティ麺、バター、三温糖、胚芽米 【緑】にんじん、たまねぎ、ナス、しいたけ、あおさ、キャベツ、バナナ、昆布、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 クファジュシーおにぎり</p>	<p>8 ご飯 すまし汁(冬瓜・ワカメ) 鮭のちゃんちゃん焼き もずく酢(みかん) プチトマト</p> <p><small>【赤】しるさげ・生、EM牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、砂糖、バター、オートミール 【緑】温州みかん、とうがん、ワカメ、ネギ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、沖繩もずく、きゅうり、みかん、トマト、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>9 秋の遠足(お弁当)</p>	<p>10 炊込みご飯 かきたま汁(レタス) 土佐和え りんご</p> <p><small>【赤】鶏卵、豚肉、牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、ごま油 【緑】レタス、にんじん、ひじき、きゅうり、りんご、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ゆかりおにぎり</p>	
<p>12 ご飯 みそ汁(もやし・ワカメ) すきやき風煮 さつまいものゴマ和え</p> <p><small>【赤】輸入牛、かたろー生、沖繩豆腐、牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく、しらたき、さつま芋、ごま、砂糖 【緑】バナナ、りょうとうもやし、ワカメ、ネギ、にんじん、はくさい、さやいんげん、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 パインアップルケーキ</p>	<p>13 ご飯 みそ汁(大根、油あげ) 鶏肉のネギ南蛮 野菜炒め(小松菜・えりんぎ) 梨</p> <p><small>【赤】牛乳、油揚げ、成鶏、もも、豚ひき肉、かたくちいわし、煮干し 【黄】胚芽米、ごま油、三温糖、砂糖、ごま 【緑】大根、ネギ、根深ねぎ、しょうが、こまつな、にんじん、ひらたけ、エリンギ、日本なし、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり 煮干し佃煮</p>	<p>14 ご飯 すまし汁(しめじ・えのき) 魚のポテトクリーム焼き キャベツのおかか和え 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豆乳、キングクリップ、しらす、牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、ごま 【緑】しめじ、えのき、きょうな、コン、たまねぎ、キャベツ、温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ゴマポッキー</p>	<p>15 ロールパン クリームシチュー(鶏肉・かぶ) ポパイサラダ ミニセリー(ブルー)</p> <p><small>【赤】鶏肉、クリーム牛乳 【黄】ロールパン、じゃが芋、バター、オリーブ油、砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、かぶ、ブロッコリー、まいたけ、にんにく、ほうれんそう、コン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 かりんとう パナナ</p>	<p>16 麦ご飯 チキンカレー 大根とわかめの和え物 チーズでカルシウム</p> <p><small>【赤】鶏肉、豚レバー、まぐろ、缶詰、チーズ、みどり調整豆乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター、食パン 【緑】オレング、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、冷凍、きゅうり、大根、ワカメ、いちご、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>17 劇団バク(親子観劇)</p>	
<p>19 納豆ごはん 食イナムドチ 育からし菜チャンプルー の青切りみかん 日</p> <p><small>【赤】豆乳、納豆、豚肉、かまぼこ、沖繩豆腐、豚もも、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、こんにやく、強力粉、黒砂糖、ごま、乾 【緑】大根、しいたけ、からし、にんじん、温州みかん、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>20 ご飯 すまし汁(かぶ・わかめ) 鮭のごま味噌焼き 野菜炒め(ブロッコリー) りんご</p> <p><small>【赤】しるさげ、ツナ缶、牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、ごま、砂糖、ごま油、食パン、バター 【緑】かぶ、ワカメ、いわれ大根、にんじん、りょうとうもやし、ブロッコリー、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 きな粉ラスク</p>	<p>21 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ・油揚げ) とんかつ 小松菜とコーンのゴマ和え 柿</p> <p><small>【赤】牛乳、油揚げ、豚肉、鶏卵 【黄】胚芽米、ごま、ケーキ 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、ネギ、こまつな、コン、甘がき</small></p> <p style="text-align: center;">ヨーゴ お誕生ケーキ</p>	<p>22 麦ごはん ビーフシチュー だいこんスティック フルーツサラダ(みかん)</p> <p><small>【赤】牛かた肉、豚レバー、クリーム、ヨーグルト、牛乳 【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、ぶなしめじ、ピーマン、大根、みかん、バナナ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 米粉のカップケーキ</p>	<p>23 勤労感謝の日</p> 		<p>24 沖縄そば ナムル バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、かまぼこ、鶏卵、鶏ささ身、牛乳、シーチキン 【黄】沖縄そば、砂糖、ごま油、胚芽米、三温糖 【緑】ネギ、ほうれんそう、葉、大豆もやし、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 味噌おにぎり</p>
<p>26 ご飯 みそ汁(生揚げ・たまねぎ) もずく丼 きゅうりの梅和え ブルー</p> <p><small>【赤】生揚げ、豚ひき肉、鶏卵、牛乳、脱脂粉乳 【黄】胚芽米、砂糖、バター 【緑】たまねぎ、いわれ大根、沖繩もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、きゅうり、梅干し、ブルー</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ココアクッキーバー</p>	<p>27 ご飯 すまし汁(しめじ・えのき) ごぼうと牛肉のみそ煮 マカロニサラダ 柿</p> <p><small>【赤】輸入牛、もも、まぐろ、缶詰、牛乳、豚肉 【黄】胚芽米、こんにやく、三温糖、スパゲティ麺、うどん 【緑】しめじ、えのき、ワカメ、ごぼう、にんじん、しょうが、きゅうり、干しぶどう、甘がき、キャベツ、たまねぎ、赤ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 焼きうどん</p>	<p>28 ご飯 きのこ汁 鯖の竜田揚げ 野菜炒め(キャベツ、インゲン) バナナ</p> <p><small>【赤】牛乳、豆腐、さば、豚肉 【黄】胚芽米、三温糖、おし麦、黒砂糖、白玉粉 【緑】しめじ、えのき、ネギ、にんじん、キャベツ、さやいんげん、りょうとうもやし、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">ぜんざい チーズで鉄</p>	<p>29 ふりかけご飯 肉汁 ほうれん草の白和え 青切りみかん</p> <p><small>【赤】豚肉、豚レバー、しるさげ、とうふ 【黄】胚芽米、ごま、砂糖 【緑】なが昆布、にんじん、大根、しいたけ、ほうれんそう、葉、温州みかん、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(白アトク) 鮭おにぎり</p>	<p>30 麦ごはん 大豆と鶏肉のカレー ブロッコリーのおかかチーズ和え Newヤクルト</p> <p><small>【赤】豆乳(ココア)、鶏肉、大豆、チーズ、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、さつま芋 【緑】たまねぎ、ピーマン、セロリ、にんじん、トマト、にんにく、しょうが、ブロッコリー</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p>11月8日は</p> <p>いい歯の日</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