

予 定 献 立 表

2019年9月分

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|---|--|---|---|
| <p>2 ご飯 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) ゴーヤーチャンプルー コロッケ ブルー</p> <p><small>【赤】鶏卵,豚肉,ツナ缶,沖繩豆腐 【黄】胚芽米,じゃが芋 【緑】しめじ,えのき,きょうな,こがわり,たまねぎ,にんじん,ブルー,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり</p> | <p>3 ご飯 すまし汁(チンゲン菜,大根) 鮭のマヨネーズ焼き もやしと小松菜の和え物 りんご</p> <p><small>【赤】べにざけ,鶏卵,牛乳 【黄】胚芽米,バター,砂糖 【緑】チンゲン菜,大根,小松菜,もやし,しめじ,たまねぎ,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">牛乳 ココアクッキー</p> | <p>4 ご飯 みそ汁(キャベツ,油揚げ) 豆腐コロッケ きんぴら風煮(いんげん) 梨</p> <p><small>【赤】油揚げ,豆腐,ツナ缶,鶏卵,鶏ひき肉,牛乳,豆乳,きな粉 【黄】胚芽米,じゃが芋,白玉粉,三温糖 【緑】キャベツ,たまねぎ,ネギ,ごぼう,にんじん,さやいんげん,なし</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 豆乳のくずもち</p> | <p>5 ご飯 みそ汁(チンゲン,菜じゃが芋) きびなご唐揚げ パパイアイリチー オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉,牛乳,豆腐,きな粉 【黄】胚芽米,じゃが芋,白玉粉,三温糖 【緑】チンゲンサイ,パパイア,にんじん,ニラ,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 きな粉だんご</p> | <p>6 ご飯 クリームシチュー 小松菜の和え物 ゴマなしミニフィッシュ</p> <p><small>【赤】鶏もも,豚肉,牛乳,クリーム,グリーンピース 【黄】胚芽米,じゃが芋,オリーブ油,バター 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ,こまつな,りよくとうもやし,えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり</p> | <p>7 沖縄そば 土佐和え バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,カマボコ,鶏卵,牛乳,豚ひき肉 【黄】沖縄そば,砂糖,胚芽米,三温糖 【緑】ネギ,こまつな,りよくとうもやし,にんじん,焼きのり,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 味噌おにぎり</p> |
| <p>9 麦ご飯 もずく丼 みそ汁(ハチマ,豆腐) キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】合挽き肉,沖繩豆腐,牛乳 【黄】胚芽米,おし麦,砂糖,さつまい,三温糖 【緑】沖繩もずく,にんじん,にんにく,ピーマン,赤ピーマン,ハチマ,キャベツ,コーン,みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 さつまいもクッキー</p> | <p>10 ご飯 みそ汁(なす) 鯖のカレー焼 野菜炒め(インゲン) パインアップル</p> <p><small>【赤】さば,豚ひき肉,牛乳,ウイナー 【黄】胚芽米, 【緑】なす,ネギ,にんじん,りよくとうもやし,さやいんげん,パイン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ホットドッグ</p> | <p>11 焼きそば すまし汁(えのき,わかめ) かぼちゃサラダ りんご</p> <p><small>【赤】豚肉,しろさげ,煮干し 【黄】焼きそば麺,生,三温糖,じゃが芋,胚芽米,砂糖 【緑】はくさい,にんじん,たまねぎ,ピーマン,えのき,ネギ,わかめ,かぼちゃ,きゅうり,りんご,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり 煮干し佃煮</p> | <p>12 ふりかけご飯 みそ汁(大根,山東菜) 鶏唐揚げ 野菜炒め バナナ</p> <p><small>【赤】鶏肉,ツナ缶,牛乳 【黄】胚芽米,砂糖 【緑】大根,さんとうさい,たまねぎ,きゅうり,レモン,にんじん,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 人参ケーキ</p> | <p>13 麦ご飯 ポークビーンズ しらすのサラダ 十五夜デザート</p> <p><small>【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,しらす,EM牛乳 【黄】胚芽米,おし麦,スバケティ麺 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,こまつな,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 お米de沖縄県産シーワーカールト</p> | <p>14 炊込みご飯 みそ汁(じゃが芋) バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉,牛乳 【黄】胚芽米,じゃが芋 【緑】ネギ,にんじん,しいたけ,ワカメ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">牛乳 わかめおにぎり</p> |
| <p>16 敬老の日</p>  | <p>17 納豆ごはん ちむしんじ からし菜チャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆,豚肉,豚ひき肉,沖繩豆腐,まぐろ缶詰,鶏卵,牛乳 【黄】胚芽米,じゃが芋,食パン,三温糖,バター 【緑】にんじん,ネギ,にんにく,からし菜,オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 フレンチトースト</p> | <p>18 ご飯 チキンカレー バナナ</p> <p><small>【赤】鶏肉,油揚げ 【黄】胚芽米,三温糖,砂糖,ごま,じゃが芋 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司</p> | <p>19 クファージュシー アーサ入りゆし豆腐 かぼちゃのそぼろ煮 パイン缶</p> <p><small>【赤】豚肉,ゆし豆腐,鶏ひき肉,牛乳,鶏卵 【黄】胚芽米,砂糖 【緑】にんじん,昆布,ネギ,あおさ,かぼちゃ,たまねぎ,さやいんげん,しょうが,にんにく,パインアップル,缶</small></p> <p style="text-align: center;">牛乳 野菜天ぷら</p> | <p>20 麦ご飯 ハヤシライス Newヤクルト</p> <p><small>【赤】牛肉 【黄】胚芽米,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん,ピーマン,トマト</small></p> <p style="text-align: center;">りんごジュース せんべい</p> | <p>21 第3回 運動会</p> |
| <p>23 秋分の日</p>  | <p>24 芋ご飯 豚汁 おからひじき炒め オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉,大豆,油揚げ,鶏卵,生,ウイナー,チーズ,牛乳,おから 【黄】胚芽米,さつまい,里芋,こんにやく 【緑】大根,ごぼう,根深ねぎ,ひじき,にんじん,さやいんげん,オレンジ,キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 きゃべつマフィン</p> | <p>25 お誕生会 (お弁当) 誕生会</p> <p><small>【赤】 【黄】ケーキ 【緑】</small></p> <p style="text-align: center;">ヨーゴ お誕生ケーキ</p> | <p>26 ご飯 みそ汁(かぼちゃ,しめじ) トンカツ 豆腐チャンプルー バナナ</p> <p><small>【赤】豚・ヒレしらす,豚ひき肉,沖繩豆腐 【黄】胚芽米,ごま油,スバケティ麺 【緑】かぼちゃ,しめじ,ネギ,キャベツ,にんじん,ニラ,バナナ,たまねぎ,トマト缶</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(グリーン) ペンネミート</p> | <p>27 麦ご飯 スタミナカレー モズクの酢の物</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,チーズ,EM牛乳 【黄】胚芽米,おし麦,じゃが芋,三温糖,食パン 【緑】たまねぎ,にんじん,かぼちゃ,ハチマ,こがわり,トマト,きゅうり,沖繩もずく,みかん,いちご,ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ジャムパン</p> | <p>28 ポロポロジュシー 花ウイナー りんご</p> <p><small>【赤】豚肉,牛乳,ウイナー 【黄】胚芽米 【緑】ねぎ,にんじん,キャベツ,たまねぎ,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ひらやちー</p> |
| <p>30 ご飯 みそ汁(生揚げ,たまねぎ) 筑前煮 きゅうりとオクラの和え物 ミニゼリー(ブルー)</p> <p><small>【赤】生揚げ,豚肉,牛乳 【黄】胚芽米,砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,ごぼう,しいたけ,さやいんげん,オクラ,きゅうり,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>◆◆◆お月見◆◆◆</p> <p>秋は月が一番きれいに見える季節です。お月見とは、月の満ち欠けが農作業の大きな指標となっていたことから、月への感謝と豊作の祈願をしたものです。お月見のお供えの代表でもある里芋をはじめ、これからたくさんの食材が旬を迎えます。夏は冷たいものを食べるが多かったと思いますが、旬の食材を使った温かいお食事を食べて、残暑を乗り切りましょう。</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

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生