

予 定 献 立 表

2020年4月分

月	火	水	木	金	土	
<p>～ご入園、ご進級おめでとうございます～</p> <p>春の暖かな日差しの中、新しい環境での生活がスタートしました。健康がな成長は、早寝・早起き・朝ごはん、そして「運動」が大切です。朝ごはんをしっかり食べて元気いっぱい遊べる生活リズムを作っていきましょう。</p>						
		<p>1 麦ご飯 ポークカレー ほうれん草のおかか和え いちご チーズで鉄</p> <p><small>【赤】豚肉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、ほうれん草、いちご</small></p> <p style="text-align: center;">Newヤクルト 四りかけおにぎり</p>	<p>2 あわご飯 すまし汁(小松菜シジ) 鮭のごま味噌焼き 人参シリシリ(シラス) バナナ</p> <p><small>【赤】しらす、ひしらす、牛乳、かつお 【黄】精白米、ごま、砂糖、ごま油、ロールパン 【緑】にまっ、なめし、にんじん、ネギ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四パン(ウインナー)</p>	<p>3 麦ご飯 親子どんぶり きゅうりともしの和え物 ヨーグルト</p> <p><small>【赤】鶏肉、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、さつま芋 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、きゅうり、りょうとうもろこし</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 菌し羊</p>	<p>4 カレーピラフ クリームスープ オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏肉、まぐろ、缶詰、牛乳 【黄】精白米、じゃが芋 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、ニラ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四ヤーチー</p>	
<p>6 麦ご飯 みそ汁(山東菜、麩) 生揚げのそぼろ煮 キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、生揚げ、牛乳 【黄】精白米、おし麦、ふ、はるさめ、砂糖、バター 【緑】さんとうさい、にんじん、さやいんげん、キャベツ、みかん、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四ぼちやクッキー</p>	<p>7 麦ご飯 みそ汁 さばのおろし煮 野菜炒め(キャベツ、インゲン) りんご</p> <p><small>【赤】さば、豚肉、EM牛乳、豆腐、きな粉 【黄】精白米、おし麦、さつま芋、三温糖、砂糖 【緑】しめじ、ネギ、しょうが、大根、にんじん、キャベツ、さやいんげん、りょうとうもろこし</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四ちもちドーナツ</p>	<p>8 スパゲティーミートソース コンスープ ブロッコリーソテー バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、チーズ、豆腐、豚肉、煮干し 【黄】スパゲティ、麺、バター、精白米、三温糖、砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、ブロッコリー、コーン、バナナ、ネギ、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 四豆みそおにぎり 四干し佃煮</p>	<p>9 あわご飯 みそ汁(カラシ、ジャガイモ) 魚てんぷら デュークニーイチー 清見みかん</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚肉、牛乳、鶏卵 【黄】精白米、じゃが芋、黒砂糖 【緑】にんじん、大根、にんじん、さやいんげん、タンゴール</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四ペーパー</p>	<p>10 麦ご飯 クリームシチュー 小魚サラダ ゼリー</p> <p><small>【赤】豚、かた、クリーム、牛乳 【黄】精白米、じゃが芋、バター、ごま油 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、ブロッコリー、キャベツ、ひじき、コーン、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 四りかけおにぎり 四ズで鉄</p>	<p>11 炊込みご飯 みそ汁(チンゲン菜、しめじ) パイン缶</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、ごま油、全粒粉、三温糖 【緑】チンゲンサイ、しめじ、しょうが、たまねぎ、にんじん、ひじき、パインアップル缶</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四ッケーキ</p>	
<p>13 麦ご飯 みそ汁(白菜、油あげ) もずく丼 土佐和え ブルー</p> <p><small>【赤】油揚げ、豚ひき肉、鶏卵、豆乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、三温糖、ごま 【緑】はくさい、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、ブルー</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 四なり寿司</p>	<p>14 あわご飯 そうめん汁 魚の味噌照り焼き 野菜炒め(キャベツ) りんご</p> <p><small>【赤】さば、豚肉、牛乳、鶏卵、チーズ、牛乳 【黄】精白米、そうめん、三温糖、砂糖 【緑】レタス、しいたけ、ネギ、キャベツ、にんじん、りょうとうもろこし、ピーマン、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四好み焼き</p>	<p>15 お誕生会 (お弁当)</p> <p>誕生会</p> <p><small>【赤】ヨーゴ、ケーキ 【黄】ヨーゴ、ケーキ 【緑】</small></p> <p style="text-align: center;">ヨーゴ 四誕生会ケーキ</p>	<p>16 麦ご飯 みそ汁(小松菜、ふ) 豆腐コロッケ きんぴら風煮(いんげん) パイン缶</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、かつお、豚、もも、牛乳 【黄】精白米、おし麦、ふ 【緑】にまっ、なめし、にんじん、さやいんげん、ニラ、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四ヤーチー</p>	<p>17 麦ご飯 ハヤシライス フルーツサラダ(みかん)</p> <p><small>【赤】グリーンピース、牛肉、鶏卵、ヨーグルト、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、みかん、バナナ、干しぶどう、ブルーベリー、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四ヤムパン</p>	<p>18 ポロポロージュシー 花ウインナー バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、ウインナー、かつお 【黄】精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、バナナ、味噌付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 四おにぎり 四</p>	
<p>20 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー あまなつ</p> <p><small>【赤】納豆、豚肉、かつお、沖繩豆腐、豚肉、牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんやく、三温糖、はちみつ、さつま芋 【緑】大根、しいたけ、からし、な、にんじん、なつみかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四つまいも蒸しカップ</p>	<p>21 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、玉ねぎ、ねぎ) 魚のフライ 白菜の和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、チーズ 【黄】精白米、おし麦、ごま 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、ネギ、にんじん、パセリ、はくさい、きゅうり、バナナ、梅干し、しそ、味噌付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(ブレン) 四しそおにぎり</p>	<p>22 麦ご飯 タコライス すまし汁(小松菜、大根) 粉ふきいも りんご</p> <p><small>【赤】さ、いびき、肉、みどり調整豆乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、食パン、砂糖、バター 【緑】にんにく、たまねぎ、にんじん、レタス、トマト、こまつな、大根、パセリ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 四粉ラスク</p>	<p>23 あわご飯 みそ汁(えのき、わかめ) 鮭のマヨネーズ焼き 野菜炒め(ブロッコリー) バナナ</p> <p><small>【赤】べにざけ、豚ひき肉、牛乳 【黄】精白米、三温糖、バター 【緑】えのき、わかめ、ネギ、しめじ、たまねぎ、にんじん、りょうとうもろこし、ブロッコリー、バナナ、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四ぼちやケーキ</p>	<p>24 麦ご飯 コンスープ(キャベツ) マーボー豆腐 スティックキュウリ チーズで鉄</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚ひき肉、牛乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、ごま油 【緑】コン、キャベツ、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、にら、きゅうり、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四りんとう 四豆</p>	<p>25 沖繩そば オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉、かつお、牛乳、かつお 【黄】沖繩そば、精白米 【緑】なが昆布、にんじん、ネギ、オレンジ、味噌付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四ナマヨおにぎり</p>	
<p>27 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ、水菜) チキンマレード煮 野菜炒め(もやし、ピーマン、キャベツ)</p> <p><small>【赤】生揚げ、鶏、手羽、豚肉、牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖 【緑】きょうな、オレンジ、マーメイド、にんじん、キャベツ、りょうとうもろこし、ピーマン、トト、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四粉のバナナ蒸しケーキ</p>	<p>28 焼きそば アーサ汁 りんご</p> <p><small>【赤】豚肉、豆腐、チーズ 【黄】精白米 【緑】キャベツ、にんじん、たまねぎ、アーサ、青菜、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 四葉菜おにぎり 四ズで鉄</p>	<p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">昭和の日</p> 		<p>30 麦ご飯(ふりかけ) すまし汁(シジ、みつば) 鶏のから揚げ ナムル(春雨) デコポン</p> <p><small>【赤】鶏、もも、鶏さき身、牛乳、豚肉 【黄】精白米、おし麦、はるさめ、ごま油、砂糖、ビーファン、三温糖 【緑】しめじ、えのき、ミツバ、ほうれん草、にんじん、きゅうり、タンゴール、たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 四きビーファン</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・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生