

# 予 定 献 立 表

2021年3月分



月	火	水	木	金	土
<b>1</b> あわご飯 豚肉と白菜のスープ マーボー豆腐 スティックキュウリ ブルーベリー  <small>【赤】豚かた肉、沖縄豆腐、豚ひき肉、牛乳 【黄】精白米、あわ、砂糖、ごま油、さつま芋 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ニラ、きゅうり、ブルーベリー</small> 酪農牛乳 焼き芋	<b>2</b> 麦ご飯 ちむしんじ 魚てんぷら 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) りんご  <small>【赤】豚肉、豚レバー、キングクリップ、挽きわり納豆、煮干し、豆乳 【黄】精白米、おし麦、ツナ缶、油、三温糖、薄力粉 【緑】ネギ、にんにく、キャベツ、にんじん、大根、たまねぎ、ピーマン、りんご、焼きのり</small> 麦茶 納豆みそおにぎり いりこ	<b>3</b> ちらしずし すまし汁(花麩) ひな 花ウインナー 祭 小松菜とほうれん草のおかか り 和え  <small>【赤】鶏卵、ウインナー、でんぶ 【黄】胚芽米、砂糖、油、ごま、焼きふ、ゼリー、ジョア、あられ 【緑】ひじき、さやいんげん、ほうれんそう、小松菜、にんじん、しいたけ、いちご</small> ジョア ひなあられ	<b>4</b> 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、しいたけ) ごぼう入り鶏つくね れんこんのゴママヨサラダ デコポン  <small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、沖縄豆腐、牛乳、豆乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、油、ごま、三温糖、くずでん粉、砂糖 【緑】チンゲンサイ、しいたけ、ごぼう、たまねぎ、れんこん、にんじん、さやいんげん、タンゴロール、しょうが</small> 酪農牛乳 豆乳のくずもち	<b>5</b> 麦ご飯 ビーフシチュー チーズ  <small>【赤】牛かたロース、豆乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、バター、ごま油、食パン、薄力粉 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、ピーマン、ブルーベリー、ジャム</small> みどり調整豆乳 ジャムパン	<b>6</b> 炊込みご飯 みそ汁(絹ごし、ねぎ) ゼリー  <small>【赤】豚肉、絹ごし豆腐、牛乳 【黄】精白米、ごま油、精白米 【緑】にんじん、しいたけ、ひじき、ネギ</small> 酪農牛乳 ふりかけおにぎり
<b>8</b> 梅入り混ぜご飯 豚汁 タマナーチャンプルー バナナ  <small>【赤】豚肉、沖縄豆腐、ツナ缶、脱脂粉乳、牛乳 【黄】精白米、あわ、ごま、さといも、こんにやく、油、砂糖、薄力粉 【緑】こまつな、えのき、ワカメ、ブロッコリー、トマト、りんご、にんじん、沖縄もずく、ニラ、コーン</small> 酪農牛乳 ピーチマフィン	<b>9</b> 麦ご飯 みそ汁(青菜、えのき) 鯖のカレー焼 ブロッコリーの和え物 りんご  <small>【赤】さば、牛乳、豆乳、ツナ缶 【黄】精白米、おし麦、油、薄力粉 【緑】こまつな、えのき、ワカメ、ブロッコリー、トマト、りんご、にんじん、沖縄もずく、ニラ、コーン</small> 酪農牛乳 もずく入りひらやち一	<b>10</b> スパゲティミートソース すまし汁(チンゲン菜、絹ごし) 大根ときゅうりの塩昆布あえ みかん  <small>【赤】豚肉、牛肉、豚レバー、チーズ、豆腐、油揚げ、煮干し 【黄】麵、オリブ油、油、バター、精白米、三温糖、ごま、薄力粉 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、チンゲンサイ、大根、きゅうり、塩昆布、温州みかん</small> 麦茶 きつねおにぎり いりこ	<b>11</b> 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ) 豆腐コロケ きんぴら風煮(いんげん) パイン缶  <small>【赤】沖縄豆腐、鶏卵、鶏ひき肉、ツナ缶、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、米粉、砂糖、薄力粉 【緑】キャベツ、しめじ、ネギ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、ニラ、パインアップル、缶</small> 酪農牛乳 ココアケーキ	<b>12</b> ご飯 ベジタブルカレー フルーツサラダ  <small>【赤】合いびき肉、ヨーグルト、チーズ、煮干し 【黄】精白米、じゃが芋 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、みかん缶、バナナ、干しぶどう</small> 麦茶 おかかチーズおにぎり	<b>13</b> 第4回 卒園式
<b>15</b> あわご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) すきやき風煮 きゅうりともやしの和え物 みかん  <small>【赤】牛かたロース、沖縄豆腐、さくらえび 【黄】精白米、あわ、油、こんにやく、ジョア 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、にんじん、はくさい、きゅうり、りょくとうもやし、温州みかん、こまつな、味付けのり</small> ジョア(マスカット) 青菜おにぎり	<b>16</b> 麦ご飯 すまし汁(青菜、しいたけ) 鮭のちゃんちゃん焼き さつまいものゴマ和え りんご  <small>【赤】しろさけ、シーチキン缶 【黄】精白米、おし麦、油、バター、三温糖、さつま芋、ごま、そうめん 【緑】こまつな、しいたけ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、さやいんげん、りんご、にんじん、ニラ</small> 麦茶 ソーメンタチャー	<b>17</b> 誕生会(お弁当) 誕生会  <small>【赤】 【黄】誕生会ケーキ、ヨーゴ 【緑】</small> ヨーゴ 誕生会ケーキ	<b>18</b> 麦ご飯 きのこ汁 チキンのケチャップ煮 野菜炒め(たまねぎ、ひじき) デコポン  <small>【赤】豆腐、鶏、手羽、豚肉、牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、油、黒糖、薄力粉 【緑】しめじ、ネギ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ひじき、タンゴロール</small> 酪農牛乳 黒糖カステラ	<b>19</b> クワアジュシー 食 豚汁 育 白和え(ほうれん草、人参) の シークワサーゼリー 日  <small>【赤】豚肉、沖縄豆腐、ツナ缶、牛乳 【黄】精白米、油、じゃが芋、こんにやく、ゼリー、かりんとう 【緑】にんじん、昆布、ネギ、大根、根深ねぎ、ほうれんそう</small> 酪農牛乳 かりんとう	<b>20</b> 春分の日 
<b>22</b> あわご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ、豆腐) 豚肉のしょうが焼 かぼちゃ含め煮 みかん  <small>【赤】豆腐、油揚げ、豚肉、煮干し 【黄】精白米、あわ、油、三温糖、ごま、砂糖 【緑】キャベツ、しめじ、たまねぎ、ピーマン、しょうが、かぼちゃ、温州みかん</small> 麦茶 いなり寿司 煮干し佃煮	<b>23</b> 麦ご飯 すまし汁(大根、わかめ、ねぎ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) ナムル りんご  <small>【赤】さば、鶏ささ身、牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、ごま油、砂糖、全粒粉、油、薄力粉 【緑】大根、ワカメ、ネギ、しょうが、たまねぎ、ほうれんそう、りょくとうもやし、にんじん、きゅうり、りんご、干しぶどう</small> 酪農牛乳 スコーン	<b>24</b> ふりかけご飯 イナムドウチ 白菜の和え物 バナナ  <small>【赤】豚肉、チーズ、かまぼこ、小豆 【黄】精白米、おし麦、黒砂糖、三温糖、白玉粉 【緑】にんじん、大根、しいたけ、こんにやく、はくさい、きゅうり、バナナ</small> ぜんざい チーズ	<b>25</b> 麦ご飯 みそ汁(青菜、厚揚げ) 魚フライタルタルソース 野菜炒め(ブロッコリー) いちご  <small>【赤】生揚げ、キングクリップ、豚肉、牛乳、豆腐、鶏卵 【黄】精白米、おし麦 【緑】こまつな、コーン、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、いちご、パセリ</small> 酪農牛乳 せんべい	<b>26</b> 焼きそば みそ汁(しめじ、えのき) 健康ヨーグルト  <small>【赤】豚肉、調整豆乳、ヨーグルト 【黄】焼きそば麺、さつま芋、黒砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、しめじ、えのき</small> みどり調整豆乳 蒸し芋 黒糖(3歳〜)	<b>27</b> ボロボロジュシー 花ウインナー ゼリー  <small>【赤】豚肉、ウインナー、牛乳、ツナ缶 【黄】精白米 【緑】にんじん、キャベツ、たまねぎ、味付けのり</small> 酪農牛乳 ツナマヨおにぎり
<b>29</b> おたのしみ♡ランチボックス ご飯・ハンバーグ・いんげん にんじんシリシリ・ポテトフライ バナナ・りんごジュース  <small>【赤】合いびき鶏肉、まぐろ、缶詰、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、食パン 【緑】さやいんげん、にんじん、バナナ</small> 酪農牛乳 ツナサンド	<b>30</b> もずく丼 みそ汁(豆腐、ワカメ) 青菜のおかか和え りんご  <small>【赤】豚ひき肉、沖縄豆腐 【黄】精白米、おし麦、砂糖、油、ごま 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、ワカメ、ネギ、こまつな、りょくとうもやし、コーン、りんご</small> 麦茶 サーターアンダーギー	<b>31</b> 新年度準備	園での昼食、おやつ、クッキングなど、例年とは違っていろいろな制限はありましたが、工夫をしながら友達や先生と楽しい時間を分け合ってきたこの1年。こどもたちは心も体も見違えるほど大きくなりました。 「桃の節句」は、ひな人形を飾り、白酒やひしもちなどをお供えし、こどもたちの無病息災を祈る行事です。給食でもひなまつりメニューを通して春を感じながら楽しく過ごしたいと思います。		

※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

