

予 定 献 立 表

2020年3月分

とこいく保育園 932-5662

月	火	水	木	金	土	
<p>2 ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、牛肉、グリーンピース、しらす 【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖、ごま 【緑】たまねぎ、にんじん、きゅうり、わかめ、バナナ、にんじん、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(グリーン) ジャコロじきおにぎり</p>	<p>3 ちらしずし(鮭) すまし汁(花麩) 花ウインナー 菜の花の和え物(おかか) いちご ミニピーチゼリー</p> <p><small>【赤】鶏卵、べにざけ、ウインナーEM牛乳、脱脂粉乳、牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、ごま、焼きそば 【緑】ひじき、さやいんげん、ほうれんそう、菜の花、にんじん、いちご、もも、缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 桃マフィン</p>	<p>4 スパゲティーミートソース すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 粉ふきいも みかん</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、煮干し 【黄】麺、パスタ、じゃが芋、胚芽米、三温糖、味噌 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、しめじ、えのき、水菜、なす、セリ、醤油、みかん、柿、焼きそば</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆もおにぎり 煮干し佃煮</p>	<p>5 ご飯 みそ汁(かぶ) 鮭のマヨネーズ焼き 人参ソシリ(シラス) りんご</p> <p><small>【赤】べにざけ、しらすEM牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、ごま油、砂糖、ごま 【緑】かぶ、かぶ、葉しめじ、たまねぎ、にんじん、人参、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 砂糖てんぷら</p>	<p>6 麦ご飯 八宝菜 ごぼうサラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚肉、まぐろ、缶詰EM牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、三温糖、さつま芋 【緑】はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ、ピーマン、ごぼう、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 煮し芋</p>	<p>7 チキンピラフ すまし汁(絹ごし、青菜) ブロッコリーソテー ミニゼリー(ブルー)</p> <p><small>【赤】鶏、もも豆腐、豚肉EM牛乳 【黄】胚芽米、食パン、バター、砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、ほうれんそう、ブロッコリー、ヨーグルト</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 シナモントースト</p>	
<p>9 あずきご飯 豚汁 フーイリチー オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉、豚肉、鶏肉EM牛乳 【黄】胚芽米、もち米、さといも、こんにゃく、ふライ麦、三温糖 【緑】大根、ごぼう、相模ねぎ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、りょうとうもろやし、オレンジ、干しほうとう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スコーン</p>	<p>10 ご飯 みそ汁(ホウレンソウ、大根) 魚の夕焼けソース ひじきとこんにゃくのきんぴら りんご</p> <p><small>【赤】さば、豚肉 【黄】胚芽米、こんにゃく、ごま油、ごま 【緑】ほうれんそう、大根、にんじん、ひじき、えだまめ、りんご、干し大豆、味噌、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 梅しそおにぎり チーズで鉄</p>	<p>11 ふりかけご飯 おでん 白菜の和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】ソーセージ、生揚げ、竹輪EM牛乳、しらす 【黄】胚芽米、こんにゃく、ごま油、三温糖 【緑】にんじん、大根、なが昆布、はくさい、きゅうり、バナナ、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 テデミ</p>	<p>12 ご飯 みそ汁(キャベツ、油あげ) わかさぎのオランダ揚げ パパイヤリチー あまなつ</p> <p><small>【赤】油揚げ、わかさぎ、チーズ、豚肉EM牛乳、さば、缶詰 【黄】胚芽米、さとうあん 【緑】キャベツ、にんじん、パセリ、パプリカ、ゴボウ、なつめ、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ソーメンダシャ</p>	<p>13 ロールパン チキンチャウダー ブロッコリーのおかか和え ブルー</p> <p><small>【赤】鶏、もも豆腐、牛乳、卵、グリーンピース 【黄】ロールパン、じゃが芋、オリーブ油、バター、胚芽米、ごま 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、ブロッコリー、ブルー、塩昆布</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり ゴマなしミニフィッシュ</p>	<p>14 ご飯 すまし汁(小松菜、絹ごし) ごぼうと牛肉のみそ煮 マカロニサラダ(ツナ) パイン缶</p> <p><small>【赤】豆腐、牛、かたろースまぐろ、缶詰EM牛乳 【黄】胚芽米、こんにゃく、三温糖、焼きそば 【緑】ごぼう、ごぼう、にんじん、しょうが、きゅうり、干しほうとう、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 さつまいもクッキー</p>	
<p>18 納豆ごはん みそ汁(大根、しめじ) からし菜チャンプルー シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】粒豆、沖縄豆腐、豚肉EM牛乳、チーズ 【黄】胚芽米、強力粉、1号、バター 【緑】大根、しめじ、ねぎ、からし、な、にんじん、にんじん、ジュース</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズスティック</p>	<p style="text-align: center;">誕生会</p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>18 あわご飯 なめこ汁(ネギ) 揚げ魚のケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) りんご</p> <p><small>【赤】豆腐、キングクリップ、豚ひき肉、みどり園整豆乳、しらす、油揚げ 【黄】胚芽米、三温糖、ごま油、砂糖 【緑】にんじん、大根、なが昆布、はくさい、きゅうり、バナナ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">みどり園整豆乳 いなり寿司</p>	<p>19 クワジュシー すまし汁(白菜、えのき) かぼちゃのそぼろ煮 みかん</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏ひき肉EM牛乳 【黄】胚芽米、三温糖 【緑】にんじん、昆布、柿、はくさい、えのき、かぼちゃ、たまねぎ、さやいんげん、しょうが、にんにく、温州みかん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 米粉のバナナ蒸しケーキ</p>	<p style="text-align: center;">春分の日</p> <p style="text-align: center;"></p>	<p>21 野菜そば 煮豆 たんかん</p> <p><small>【赤】豚、かた、かまぼこ、大豆EM牛乳、ツナ缶 【黄】沖縄そば、砂糖、胚芽米、三温糖 【緑】にんじん、キャベツ、りょうとうもろやし、真昆布、しんせろ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 みそおにぎり</p>	
<p>23 ご飯 みそ汁(厚揚げ、水菜) 豚肉のしょうが焼 かぼちゃ含め煮 バナナ</p> <p><small>【赤】生揚げ、豚肉EM牛乳、牛乳 【黄】胚芽米 【緑】きょうな、たまねぎ、ドーマン、しょうが、かぼちゃ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ゴマポッキー</p>	<p>24 あわご飯 みそ汁(小松菜、大根) 魚のフライ(磯部) ひじき炒め りんご</p> <p><small>【赤】さば、たまご、大豆、油揚げEM牛乳、しらす、チーズ 【黄】胚芽米、食パン 【緑】ごぼう、大根、あおのり、ひじき、にんじん、さやいんげん、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ジャコロースト</p>	<p>25 ご飯 すまし汁(白菜、しめじ) ハンバーグ つけ合わせ野菜 りんご</p> <p><small>【赤】牛、ひき肉、豚ひき肉、沖縄豆腐、さといも、煮干し 【黄】胚芽米、じゃが芋、味噌 【緑】はくさい、しめじ、たまねぎ、ブロッコリー、カリフラワー、トマト、いよかん、ごま、つな</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 青菜おにぎり 煮干し佃煮</p>	<p>26 ご飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) 魚のポテトクリーム焼き きゅうりともやし、和え物 いちご</p> <p><small>【赤】べにざけ、EM牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、ふ、じゃが芋、くずでん粉、黒砂糖 【緑】チンゲンサイ、ヨーグルト、たまねぎ、きゅうり、りょうとうもろやし、いちご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>27 麦ご飯 ビーフシチュー おからサラダ チーズでカルシウム</p> <p><small>【赤】牛かた肉、豚レバー、クリーム、おから、チーズ、みどり園整豆乳 【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、ドーマン、きゅうり、ヨーグルト、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり園整豆乳 はちや梅 枝豆</p>	<p>28 ご飯 みそ汁(えのき、わかめ) チキン照り焼き 野菜炒め(キャベツ、アスパラ) オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏、もも豆腐、豚肉EM牛乳、きな粉、整豆乳 【黄】胚芽米、もち米、三温糖 【緑】えのき、わかめ、相模ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ、アスパラガス、りょうとうもろやし、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きなこおぼろ</p>	
<p>30 ご飯 みそ汁(わかめ、麩) チキンのケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) プチトマト</p> <p><small>【赤】鶏、手羽、豚ひき肉EM牛乳 【黄】胚芽米、ふ、はちみつ、バター 【緑】わかめ、たまねぎ、にんじん、りょうとうもろやし、ブロッコリー、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 米粉ケーキ(コア)</p>	<p>31 ご飯 みそ汁(チンゲン菜、油揚げ) しそ入り卵焼き 切り干し大根炒め デコポン</p> <p><small>【赤】油揚げ、鶏卵、豚肉、からし、ツナ缶 【黄】胚芽米、こんにゃく、三温糖 【緑】チンゲンサイ、しそ、切り干し大根、しいたけ、デコポン、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">Co飲料(リンゴ) ツナマヨおにぎり</p>	<p>園での昼食、おやつ、クッキングなどの楽しい時間を友達や先生と分け合ってきた 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</p>				<p style="text-align: center;"></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