

# 予 定 献 立 表

2020年8月分

とこいく保育園 932-5662

月	火	水	木	金	土
<p>31 納豆ごはん イナムドチ 野菜チャンプルー パイン缶</p> <p><small>【赤】納豆、豚肉、キャベツ、沖繩豆腐、牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、白玉粉、三温糖、バター、ココナッツパウダー 【緑】大根、しいたけ、ひじき、にんじん、さやいんげん、キャベツ、パインアップル、缶かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ココナッツもちケーキ</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>厳しい暑さが続いています。 夏バテしないように、睡眠を しっかりとって、朝食は必ず をとって登園しましょう。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>規則正しい生活を しよう</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>朝食を食べよう</p>  </div> </div>			<p>1 チキンピラフ すまし汁(青菜、えのき) ポテトサラダ ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏、もも、牛乳、豆腐、きな粉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、白玉粉、三温糖 【緑】たまねぎ、にんじん、ドーナツ、にんにく、ごま、つなえのき、にんじん、きゅうり、コーン、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 豆腐もち</p>	
<p>3 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、さつま芋) チキンのケチャップ煮 ひじき炒め プチトマト</p> <p><small>【赤】鶏、手羽、大豆、油揚げ、煮干し 【黄】精白米、おし麦、さつま芋、ごま 【緑】キャベツ、たまねぎ、ひじき、にんじん、さやいんげん、トマト、煮干し、しそ、味付けのみ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 梅しそおにぎり 煮干し</p>	<p>4 あわご飯 すまし汁(冬瓜、えのき) 鮭の塩焼き 野菜炒め(もやし、ピーマン、キャベツ) パインアップル</p> <p><small>【赤】鶏、さけ、豚肉、牛乳、鶏卵、牛乳、チーズ 【黄】精白米、砂糖 【緑】とうがねえのき、ネギ、にんじん、キャベツ、りょうとう、もやし、ピーマン、パイン、ほうれん草</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>5 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) 炒りどり おくらのおかか和え ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏肉、牛乳、豚肉 【黄】精白米、おし麦、ふさといも、ピーマン、ごま油、三温糖 【緑】チンゲンサイ、にんじん、ごぼう、たけのこ、しいたけ、さやいんげん、オクラ、ぶどう、たまねぎ、ご</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 焼きピーマン</p>	<p>6 麦ご飯 みそ汁(へちま、豆腐) 鯖の竜田揚げ キャベツの塩昆布和え 桃</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、さば、みどり調整豆乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、三温糖 【緑】へちま、キャベツ、きゅうり、塩昆布、ネギ、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 人参ケーキ</p>	<p>7 ロールパン かぼちゃと豆のシチュー 小松菜とコーンの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】鶏、むね、大豆、牛乳、クリーム、しらす 【黄】ロールパン、バター、砂糖、精白米、おし麦、ごま、三温糖 【緑】かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、ごま、つなえのき、コーン、バナナ、にんじん、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 じゃこひじきおにぎり</p>	<p>8 麦ご飯 みそ汁(なす) チンジャオロース 茹で卵 オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏卵、牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、砂糖、ごま油、スベテチ、麵、黒砂糖 【緑】なす、卵、ネギ、しょうが、たまねぎ、たけのこ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 マカロニきな粉</p>
<p>10 山の日</p> 	<p>11 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、しめじ) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(ブロッコリー) ブルーベリー</p> <p><small>【赤】鶏、もも、豚ひき肉、しらす、さけ 【黄】精白米、おし麦、はちみつ、ミルク 【緑】チンゲンサイ、しめじ、にんじん、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、ブルーベリー、味付けのみ</small></p> <p style="text-align: center;">ミルク 鮭おにぎり</p>	<p>12 あわご飯 みそ汁(カラシジャガイモ) 魚てんぷら パパイヤイリチー すいか</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚肉、牛乳、牛乳 【黄】精白米、じゃが芋、強力粉、黒砂糖 【緑】からしな、パパイア、にんじん、ゴマ、お酢、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>13 スパゲティミートソース アーサ汁 いんげんソテー バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、豆腐、豚肉 【黄】スパゲティ、ペパード、精白米、おし麦、ごま 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、あおさ、さやいんげん、コーン、バナナ、塩昆布、味付けのみ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり チーズで焼</p>	<p>14 ビビンバ風ごはん みそ汁(かぼちゃ) 茹でコーン ソファール元氣ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚肉、牛乳 【黄】精白米、おし麦、ごま油、三温糖、ごま 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ、しいたけ、にんじん、りょうとう、もやし、ほうれん草、かぼちゃ、ネギ、スイートコーン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 かりんとう オレンジ</p>	<p>15 麦ご飯(ふりかけ) みそ汁(大根、わかめ) 高野豆腐と野菜のうま煮 さつまいものゴマ和え パイン缶</p> <p><small>【赤】凍り豆腐、豚、もも、牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、さつま芋、ごま、金、シシトウ 【緑】大根、わかめ、ネギ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、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 フレントースト</p>
<p>17 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、油あげ) 炒り豆腐 もーい、の和え物 チーズで鉄</p> <p><small>【赤】油揚げ、沖繩豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、三温糖、砂糖、やま芋 【緑】キャベツ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、もやし、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 人参からかん</p>	<p>18 あわご飯 すまし汁(小松菜、シメジ) 鮭のごま味噌焼き オクラ入り麩炒め オレンジ</p> <p><small>【赤】しらす、さけ、豚肉、シメジ、鶏肉、グリーンピース 【黄】精白米、ごま、砂糖、ごま油、バター 【緑】にんじん、しめじ、オクラ、にんじん、オレンジ、たまねぎ、ごま</small></p> <p style="text-align: center;">シメジ(マスカット) ジャワライス(おにぎり)</p>	<p>19 納豆みそごはん 食 押し豆腐 青 切り干し大根炒め 日 いんげんのおかか和え パインアップル</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、押し豆腐、豚肉、からかん、牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、三温糖、こんにやく、砂糖 【緑】ネギ、大根、切り干し大根、にんじん、しいたけ、さやいんげん、パイン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 三月菓子</p>	<p>20 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) すいか</p> <p><small>【赤】あじうい、豚肉、みどり調整豆乳、しらす、油揚げ 【黄】精白米、そうめん、三温糖、ごま、砂糖 【緑】しいたけ、ネギ、キャベツ、にんじん、りょうとう、もやし、ピーマン、すいか</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 いなり寿司</p>	<p>21 麦ご飯 ポークカレー へちまサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏レバー、まぐろ、缶詰、アイスクリーム 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、オリーブ油、砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、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 アイスクリーム 枝豆</p>	<p>22 沖繩そば 小松菜としめじのゴマ和え りんご</p> <p><small>【赤】豚肉、からかん 【黄】沖繩そば、砂糖、ごま 【緑】なが昆布、にんじん、ネギ、ごま、ななしめじ、りんご</small></p>
<p>24 麦ご飯(ふりかけ) みそ汁(チンゲン菜、鶏肉) ゴーヤーチャンプルー もずく酢(みかん) チーズで鉄</p> <p><small>【赤】鶏、もも、沖繩豆腐、豚肉、ゆず、煮干し 【黄】精白米、おし麦、砂糖、三温糖 【緑】チンゲンサイ、しめじ、たまねぎ、にんじん、ごぼう、沖繩もずく、きゅうり、みかん、味付けのみ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり 煮干し</p>	<p>25 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、小松菜) 魚フライタルタルソース きゅうり和え(オクラ) プチトマト</p> <p><small>【赤】キングクリップ、鶏卵、牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、くずでん粉、黒砂糖 【緑】かぼちゃ、ごま、つなえのき、ピクルス、たまねぎ、きゅうり、オクラ、トマト</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>26 麦ご飯 すまし汁(シメジ、みつば) マーボーへちま なます メロン</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚ひき肉、豚レバー、牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、ごま油、三温糖、はちみつ、さつま芋 【緑】しめじ、えのき、ネギ、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、へちま、ゴマ、メロン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 さつまいも炭しカップ</p>	<p>27 お弁当</p> <p>誕生会</p>  <p style="text-align: center;">酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>28 麦ご飯 ハヤシライス フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏レバー、ヨーグルト、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、金、シシトウ 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、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 ジャムパン</p>	<p>29 麦ご飯 みそ汁(豆腐) 八宝菜 大豆の甘辛揚げ オレンジ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚肉、大豆、しらす、牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、はちみつ、バター 【緑】きょうな、ななくい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ、ピーマン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 米団ケーキ(コア)</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