

# 予 定 献 立 表

2021年8月分

とこいく保育園 932-5662

月	火	水	木	金	土
<p>2 あわご飯 みそ汁(厚揚げ) なすの挽き肉炒め きゅうりとみかんの和え物</p> <p><small>【赤】生揚げ、厚揚げ、豆腐、絹揚げ、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、薄力粉、薄力粉 【緑】かんぴょう、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、きゅうり、みかん、もも、杏</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ピーチマフィン</p>	<p>3 麦ご飯 みそ汁(カラシ、じゃが芋) 魚フライタルタルソース 人参シソ(シラス) オレンジ</p> <p><small>【赤】まぐろ、豆腐、鶏肉、しらす、納豆、豚ひき肉、煮干し 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、薄力粉、薄力粉、ごま油、ごま油、三温糖 【緑】からし、なす、ピクルス、たまねぎ、にんじん、ネギ、オリーブ、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり いりこ</p>	<p>4 クファージュシー さつま汁 白和え(ほうれん草・人参) すいか</p> <p><small>【赤】豚肉、豆腐、もも、沖崎豆腐、卵、豆腐、ウイパー 【黄】精白米、おし麦、さつま芋、こんにやく、ロールパン 【緑】にんじん、昆布、大根、相模ねぎ、ほうれん草、スライスキャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ロールパン(ウイパー)</p>	<p>5 ふりかけご飯 春雨スープ 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ含め煮 桃</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、しらす、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、はるさめ、油、三温糖、くずでん粉、黒砂糖 【緑】レタス、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、かぼちゃ、桃</small></p> <p style="text-align: center;">EM調整牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>6 カレーライス(ベジタブル) 切り干し大根サラダ チーズ(鉄入り)</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、鶏肉、牛乳、まぐろ、チーズ、鉄 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、ごま、三温糖、はちまゆ 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、切り干し大根、きゅうり、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">EM調整牛乳 かりんとう オレンジ</p>	<p>7 麦ご飯 みそ汁(冬瓜、山東菜) 炒り豆腐 オクラの梅和え バナナ</p> <p><small>【赤】沖崎豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、豆腐、牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、三温糖、米粉、はちみつ、バター 【緑】とうがん、さんとう、しいたけ、にんじん、たまねぎ、オクラ、梅干し、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 米粉ケーキ(コア)</p>
<p>9 山の日 (振替休日)</p> 	<p>10 あわご飯 みそ汁(チンゲン菜、しいたけ) 豚肉のしょうが焼き きゅうりともやしの和え物 味付小魚</p> <p><small>【赤】豚肉、豚ひき肉、EM牛乳、しらす 【黄】精白米、おし麦、油、米粉、ごま油、三温糖 【緑】チンゲンサイ、しいたけ、かつお、たまねぎ、ピーマン、しょうが、きゅうり、もやし、ほうれん草</small></p> <p style="text-align: center;">EM調整牛乳 ラヂオ</p>	<p>11 スパゲティミートソース アーサ汁 コールスローサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、牛ひき肉、鶏肉、チーズ、豆腐、まぐろ、香煎、煮干し 【黄】精白米、おし麦、三温糖、油、さつま芋、油 【緑】コーン、油、薄力粉、バター、三温糖、米、ごま</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩菜布とツナのおにぎり いりこ</p>	<p>12 麦ご飯 みそ汁(ハマ、豆腐) 鯖の梅焼き デークニーイリチー パインアップル</p> <p><small>【赤】沖崎豆腐、さば、豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、油、さつま芋、油 【緑】ハマ、梅干し、しそ、大根、にんじん、さやいんげん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM調整牛乳 さつま芋スティック</p>	<p>13 親子丼 みそ汁(小松菜、油揚げ) オクラのかか和え ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】鶏肉、鶏卵、油揚げ、ソファール、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、かりんとう 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、梅干し、かつお、オクラ、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">EM調整牛乳 かりんとう オレンジ</p>	<p>14 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) すきやき風煮 スパゲティサラダ 梨</p> <p><small>【赤】牛かた、肉、沖崎豆腐、まぐろ、香煎、煮干し 【黄】精白米、おし麦、油、こんにやく、スパゲティ、薄力粉、ケキ 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、にんじん、はくさい、きゅうり、干しほうれん草</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 プリッツ(人參)</p>
<p>16 あわご飯 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 シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】鶏、牛乳、豚肉、大豆、しらす、煮干し 【黄】精白米、おし麦、油、さつま芋、油、こんにやく、シークワーサーゼリー 【緑】キャベツ、ネギ、たまねぎ、ひじき、にんじん、さやいんげん、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 麦おにぎり いりこ</p>	<p>17 ふりかけご飯 みそ汁(なす) レバーのカレー揚げ ナムル バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豆腐、鶏ひき肉、豚肉 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油、砂糖、中華めん 【緑】ナス、かんぴょう、にんじん、ほうれん草、きゅうり、もやし、にんじん、きゅうり、バナナ、たまねぎ、ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(アレン) 焼きそば</p>	<p>18 麦ご飯 ゆし豆腐(小松菜) 魚の味噌照り焼き 野菜炒め(キャベツ、チンゲン) すいか</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、油、ごぼう、だいこん、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、油、さつま芋、(ケキ) 【緑】ごぼう、キャベツ、チンゲン、たまねぎ、さやいんげん、すいか</small></p> <p style="text-align: center;">EM調整牛乳 キャラメルポテト</p>	<p>19 麦ご飯 豚汁 きびごの蒲焼風 なます すいか</p> <p><small>【赤】豚肉、豆腐、スルメ、白牛乳、牛乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、さいの目、油、三温糖、ごま油、薄力粉、薄力粉 【緑】とうがん、ごぼう、にんじん、風船ねぎ、大根、すいか、ほうれん草</small></p> <p style="text-align: center;">EM調整牛乳 チーズ煎パン</p>	<p>20 ロールパン クリームシチュー(豚肉) キュウリとワカメの和え物 ケ オレンジ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、牛乳、しらす、チーズ、鉄 【黄】ロールパン、じゃが芋、油、薄力粉、バター、三温糖、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、さやいんげん、きゅうり、かんぴょう、オリーブ、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 炒りおにぎり(しらす) チーズ(鉄入り)</p>	<p>21 麦ご飯 みそ汁(水菜、油あげ) しらすの照り焼き 赤瓜の煮つけ パイン缶</p> <p><small>【赤】油揚げ、鶏肉、しらす、豚肉、豆腐 【黄】精白米、おし麦、油、薄力粉、黒砂糖 【緑】きゅうり、ネギ、セロリ、にんじん、さやいんげん、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 モベロ(水)</p>
<p>23 あわご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ) 肉じゃが モズク酢(みかん)</p> <p><small>【赤】牛かた、肉、豆腐、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、じゃが芋、こんにやく、三温糖、油、黒砂糖 【緑】キャベツ、しめじ、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、味噌もずく、きゅうり、みかん、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 黒糖カステラ</p>	<p>24 麦ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 鯖のカレー焼き なべーらーんぶしー 梨</p> <p><small>【赤】さば、豚肉、沖崎豆腐、卵、煮干し 【黄】精白米、おし麦、油 【緑】しめじ、えのき、さやいんげん、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり いりこ</p>	<p>25 麦ご飯 そつめん汁 じゃこひじきふりかけ からし菜チャンブルー メロン</p> <p><small>【赤】しらす、沖崎豆腐、豚肉、豆腐 【黄】精白米、おし麦、そうめん、ごま油、三温糖、さつま芋、砂糖 【緑】しめじ、ネギ、ひじき、からし、にんじん、たまねぎ、メロン</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 早ようかん</p>	<p>26 お弁当</p>  <p style="text-align: center;">誕生会</p> <p style="text-align: center;">EM調整牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>27 キッズピビンバ なめこ汁 茹でコーン ブルーベリー</p> <p><small>【赤】豚肉、豆腐、ソファール、きな粉、豆腐、豆乳 【黄】精白米、おし麦、ごま油、三温糖、ごま、食パン 【緑】にんじんのしょうが、たけのこ、しいたけ、にんじん、りんご、もやし、ほうれん草、なめこ、ネギ、スターフルーツ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 炒りおにぎり(しらす) チーズ(鉄入り)</p>	<p>28 野菜そば 煮豆 バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏肉、大豆、豆腐、卵 【黄】油揚げ、油、砂糖、精白米、三温糖 【緑】にんじん、キャベツ、きゅうり、もやし、真塩布、バナナ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 みそおにぎり</p>
<p>30 納豆ごはん イナムドチ ゴーヤーチャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆、豆腐、卵、洋風豆腐、豆腐、EM調整牛乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、食パン 【緑】大根、しいたけ、たまねぎ、にんじん、ごぼう、オレンジ、ピーマン、コン</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ピザソース</p>	<p>31 麦ご飯 すまし汁(冬瓜、チンゲン菜) 鮭のごま味噌焼き クーピーリチー ぶどう</p> <p><small>【赤】しらす、豚肉、豆腐、卵、EM牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、ごま、砂糖、ごま油、こんにやく、油、薄力粉 【緑】とうがん、チンゲンサイ、昆布、しいたけ、にんじん、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM調整牛乳 サーターアンダーギー</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。 夏バテ予防のため、 睡眠をしっかりとって 朝食は必ず食べてから 登園しましょう。</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>規則正しい生活を しよう</p>  </div> <div style="text-align: right;">  <p>朝ごはんを食べてよう</p> </div> </div>			

※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