

予 定 献 立 表

2021年9月分

とこいく保育園 932-5662

月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>暑い日が続いていますが…</p> <p>冷たい物をとりに過ぎていませんか?</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>1 あわご飯 みそ汁(なす) 鶏肉のネギ南蛮 野菜炒め(キャベツ・インゲン) すいか</p> <p><small>【赤】鶏・もも肉、豚かた、素干し 【黄】精白米、あわ精白粒、油、ごま油、砂糖 【緑】ナス、わかめ、キャベツ、しょうが、キャベツ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、スィートコーン、味噌汁のり</small></p> <p style="text-align: center;">薬茶 鶏おつかおにぎり 素干し佃煮</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>2 ふりかけご飯 みそ汁(小松菜、えのき) 豆腐と筋のハンバーグ れんこんのゴママヨサラダ 梨</p> <p><small>【赤】豚肩ロース、キャベツ、豆腐、豆乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、パン粉、油、ごま、三温糖、スィートコーン、味噌汁 【緑】れんこん、キャベツ、マヨネーズ、ごま油、しょうが、にんじん、さやいんげん、なし</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 マカロニきな粉</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>3 カレーライス(ポーク) へちまサラダ チーズ(鉄分入り)</p> <p><small>【赤】豚かた、鶏レバー、まぐろ、缶詰、チーズ、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、ごま、平アール、油、砂糖、はちみつ 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、マヨネーズ、レモン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 はちみつ バナナ</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>4 麦ご飯 すまし汁(絹ごし、青菜) ピーマンと豚肉の味噌炒め さつまいもの甘辛煮 りんご</p> <p><small>【赤】豆腐、豚かた、豆乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油、三温糖、さつまいも、強力粉、厚力粉、バター、ゴマ 【緑】チンゲンサイ、ピーマン、赤ピーマン、りんご、とうもろこし、たまねぎ、りんご、にんじん、ジュース</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 チーズスティック</p> </div> </div>					
6	7	8	9	10	11
<p>あわご飯 みそ汁(小松菜、麩) ポークケチャップ 粉ふきいも(青のり) ブルーベリー</p> <p><small>【赤】豚かた、豆乳 【黄】精白米、あわ精白粒、ふ、油、じゃが芋、やま芋、砂糖 【緑】にまつな、たまねぎ、にんじん、ピーマン、あおのり、ブルーベリー</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 人参かきかん</p>	<p>麦ご飯 みそ汁(山東菜、油揚げ) さばのおろし煮 いんげんソテー 梨</p> <p><small>【赤】油揚げ、さば、豚かた、豆乳、まぐろ、缶詰 【黄】精白米、おし麦、三温糖、油、ロールパン 【緑】さんとうさい、えのき、しょうが、大根、さやいんげん、にんじん、なし、キャベツ、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ツナサンド</p>	<p>麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) チキンアップルソース ゴーヤーチャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏・もも肉、洋風豆腐、豚かた、豆乳、豆腐、きな粉 【黄】精白米、おし麦、砂糖、油、ポットケーキ、油 【緑】かぼちゃ、しめじ、りんご、たまねぎ、にんじん、さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 もちもちドーナツ</p>	<p>麦ご飯 すまし汁(冬瓜、水菜) 鮭のマヨネーズ焼き ナムル ぶどう</p> <p><small>【赤】豚にぎげ、鶏ささ身、しらす、油揚げ、味噌汁、味付小魚 【黄】精白米、おし麦、ごま油、砂糖、三温糖、ごま 【緑】とうがね、きょうな、しめじ、たまねぎ、ほうれんそう、りんご、とうもろこし、にんじん、きゅうり、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">薬茶 いなり寿司 味噌汁小魚</p>	<p>中華丼 みそ汁(なす、鶏肉) 茹でコーン シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚かた、鶏・もも、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、三温糖、シークワーサーゼリー、さつまいも、黒砂糖 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、ピーマン、なす、たまねぎ、スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 薬茶 黒糖(3歳〜)</p>	<p>焼きそば みそ汁(厚揚げ) きゅうりと竹輪の和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた、生揚げ、竹輪、チーズ、豆乳 【黄】中華めん、ごま油、三温糖、ごま、かまぼこ、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、しいたけ、キャベツ、ピーマン、わかめ、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 おつかおにぎり</p>
13	14	15	16	17	18
<p>あわご飯 みそ汁(山東菜、えのき) 高野豆腐と野菜のうま煮 かぼちゃサラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】鶏、豆腐、豚かた、ソファール、しらす、さけ 【黄】精白米、あわ精白粒、油、三温糖、じゃが芋 【緑】さんとうさい、えのき、キャベツ、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり、味噌汁のり</small></p> <p style="text-align: center;">薬茶 鮭おにぎり</p>	<p>タコライス すまし汁(大根、わかめ) おさつスティック 梨</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、豚レバー、ポーク、チーズ、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、おさつ、すていック、ホットケーキ、ゴマ 【緑】にんにく、たまねぎ、にんじん、レタス、トマト、大根、わかめ、なし</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ゴマポッキー</p>	<p>麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、玉ねぎ) まぐろカツ 切り干し大根炒め ぶどう</p> <p><small>【赤】油揚げ、まぐろ、たまご、豆乳、豚かた、マヨネーズ、EM牛乳、豆乳、バナナ 【黄】精白米、おし麦、厚力粉、パン粉、油、ごま、油、三温糖 【緑】チンゲンサイ、たまねぎ、切り干し大根、にんじん、しいたけ、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ひらやち</p>	<p>野菜そば 白和え(ゴーヤー、人参) バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた、わかめ、洋風豆腐、ポーク、缶詰、チーズ 【黄】精白米、おし麦、油、ごま、油、ごま、油、ごま、油、ごま 【緑】にんじん、キャベツ、りんご、とうもろこし、ほうれんそう、味噌汁のり</small></p> <p style="text-align: center;">薬茶 みそおにぎり チーズ(鉄分入り)</p>	<p>ロールパン チキンチャウダー 小松菜とコーンのゴマ和え オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏・もも肉、豚肉、牛乳、りんご、素干し 【黄】ロールパン、じゃが芋、アール、油、バター、厚力粉、ごま、砂糖、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、グリーンピース、ごま、つな、コーン、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">薬茶 ふりかけおにぎり いりこ</p>	<p>納豆丼 みそ汁(チンゲン菜、えのき) モーウイの甘酢和え バナナ</p> <p><small>【赤】納豆、豚かた、豆乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、砂糖、米粉 【緑】たまねぎ、ピーマン、なす、にんじん、トマト、にんじく、しょうが、はくさい、りんご、きゅうり、バナナ、りんご、アップル、缶詰</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 スィートコーン</p>
20	21	22	23	24	25
<p>敬老の日</p>	<p>もずく丼 ゆし豆腐(へちま) キャベツサラダ 十五夜 十五夜デザート</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、薬卵、ゆし豆腐、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、砂糖、油、もち米、三温糖、ごま 【緑】もずく、にんじん、もやし、ピーマン、赤ピーマン、アール、キャベツ、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 五平餅</p>	<p>麦ご飯 みそ汁(冬瓜、わかめ) さんまの蒲焼き 磯部和え オレンジ</p> <p><small>【赤】さんま、しょうが、さば、缶詰 【黄】精白米、おし麦、厚力粉、油、三温糖、やうめん 【緑】とうがね、わかめ、にまつな、りんご、とうもろこし、にんじん、焼きのり、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">しょうが(マスカット)80 ソーメンタチャー</p>	<p>秋分の日</p>	<p>ハヤシライス スティックキュウリ フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】牛肉、豚レバー、ヨーグルト、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、食パン 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、きゅうり、みかん、バナナ、りんご、ぶどう、ブルーベリー、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ジャムパン</p>	<p>麦ご飯 大豆と鶏肉のカレー炒め 白菜サラダ バナナ</p> <p><small>【赤】鶏肉、大豆、豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、砂糖、米粉 【緑】たまねぎ、ピーマン、なす、にんじん、トマト、にんじく、しょうが、はくさい、りんご、きゅうり、バナナ、りんご、アップル、缶詰</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 米粉のバナナアップルケーキ</p>
27	28	29	30	<p>消化吸収能力が未発達な子どもが冷たい物を多くとると、胃腸の働きが低下し、食欲が落ちたり、下痢をおこしやすくなります。冷たすぎない飲み物での水分補給を心がけましょう。</p>	
<p>納豆ごはん ちむしんじ からし菜チャンプルー オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆、豚かた、豚レバー、洋風豆腐、豆乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、さつまいも、三温糖、アーモンド 【緑】にんじん、ねぎ、にんじく、からし、たまねぎ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 ざつまいもクッキー</p>	<p>麦ご飯 みそ汁(小松菜、油揚げ) わかさぎのオレンジ揚げ プロッコリーソテー 梨</p> <p><small>【赤】油揚げ、わかさぎ、チーズ、豆乳、豚かた、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、厚力粉、油、金飴粉、三温糖 【緑】にまつな、にんじん、バナナ、プロッコリー、コーン、なし、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スコーン</p>	<p>秋鮭ずし みそ汁(白菜、トマト) かぼちゃと豚肉のうま煮 ぶどう</p> <p><small>【赤】鶏肉、べにぎげ、豚かた、豆乳、豆乳、きな粉 【黄】精白米、砂糖、油、ごま、ずでん粉 【緑】かぼちゃ、いんげん、はくさい、トマト、わかめ、かぼちゃ、たまねぎ、しょうが、ぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 豆乳のくずもち</p>	<p>お弁当</p> <p style="text-align: center;">豆乳 誕生会ケーキ</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