

予 定 献 立 表

2022年5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(小松菜しめじ) 豚肉のしょうが焼き かぼちゃめ煮 シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉、豆乳、きな粉 【黄】精白米、あわ、油、シークワーサー、スパゲティ、黒砂糖 【緑】こまつな、しめじ、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、しょうが、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 マカロニきな粉</p>	<p>3 憲法記念日</p> 	<p>4 みどりの日</p> 	<p>5 こどもの日</p>   	<p>6 ふりかけご飯(魚) さつまい 人参シソ(シラス) オレンジ チーズ(鉄分)</p> <p><small>【赤】豚肉、しらす、チーズ、鉄分、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、さつまい、こんにやく、ごま油、食パン 【緑】大根、にんじん、根深ねぎ、ネギ、オレンジ、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>7 ハヤシライス3 おからサラダ りんご</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏の骨、おから、竹輪、豆乳、ワサビ 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、マヨドレ、薄力粉 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、マンゴー、ゆりりんご、りんご、沖繩もずく</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 もずく入りひらやちー</p>
<p>9 あわご飯 みそ汁(キャベツ、じゃが芋) ゴーヤーチャンプルー ウィンナー バナナ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚肉、じゃが芋、豆乳、牛乳 【黄】精白米、あわ、じゃが芋、油、ホットケーキ、ゴマ 【緑】キャベツ、ネギ、たまねぎ、にんじん、ごぼう、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 セサミスティック</p>	<p>10 麦ご飯 みそ汁(山東菜、えのき) さばのおろし煮 いんげんソテー びわ</p> <p><small>【赤】さば、豚肉、EM牛乳、豆腐、竹輪、焼きわら、納豆 【黄】精白米、おし麦、さび砂糖、油、ホットケーキ、油 【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、びわ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ももちドーナツ</p>	<p>11 スパゲティーミートソース すまし汁(鍋ごし、青菜) きゅうり竹輪 りんご</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、牛、ひき肉、豚レバー、ソース、豆腐、竹輪、焼きわら、納豆 【黄】スパゲティ、トマト、油、薄力粉、バター、精白米、さび砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、こまつな、きゅうり、りんご、ネギ、焼きのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり</p>	<p>12 麦ご飯 すまし汁(白菜、トマト) 魚の味噌照り焼き 切り干し大根炒め デコポン</p> <p><small>【赤】あじうだい、豚肉、おから、豆乳、チカラチーズ、クリーム、牛乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、焼き砂糖、薄力粉 【緑】はくさい、切り干し大根、にんじん、しいたけ、タンゴール、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>13 カレーライス(ポーク) 茹でコーン フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、コーン、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、はちまき、油 【緑】たまねぎ、にんじん、キャベツ、スイートコーン、みかん、バナナ、さとう、ブルーベリー</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 はちまき ブルーン</p>	<p>14 そぼろ丼 みそ汁(厚揚げ、ねぎ) キャベツサラダ 味噌小魚</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、鶏レバー、鶏胸肉、味噌、味噌小魚、ワサビ 【黄】精白米、おし麦、さび砂糖、油、マヨドレ 【緑】ほうれんそう、ネギ、キャベツ、みかん、味噌汁のり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり</p>
<p>16 あわご飯 みそ汁(白菜、大根、しいたけ) チキンマレード煮 ひじき炒め バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、手羽先、豚肉、大豆、チーズ 【黄】精白米、あわ、精白粒、こんにやく、油 【緑】はくさい、大根、しいたけ、オレンジ、マレード、ひじき、にんじん、さやいんげん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>17 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、油揚げ) 鮭のマヨネーズ焼き ナムル(春雨) りんご</p> <p><small>【赤】油揚げ、ズにぎ、鶏ささ身、豆乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、マヨドレ、はちまき、ごま油、さび砂糖、くずでん粉 【緑】かぼちゃ、根菜、ねぎ、しめじ、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 豆乳のくずもち</p>	<p>18 麦ご飯 みそ汁(白菜、えのき) きびなごの薄焼き風 野菜炒め(ブロッコリー) オレンジ</p> <p><small>【赤】スルメ、小、豚肉、EM牛乳、カレーソース、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、さび砂糖、ごま油、ホットケーキ、マヨドレ 【緑】はくさい、えのき、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、オレンジ、キャベツ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きびなごマフィン</p>	<p>19 ゆかりご飯 みそ汁(冬瓜、山東菜) 鯖の香味焼き 白菜サラダ バナナ</p> <p><small>【赤】さび豆乳 【黄】精白米、おし麦、さび砂糖、油、さつまい、バター 【緑】とうがん、さんとうさい、しょうが、にんじん、はくさい、りんご、きゅうりにんじん、バナナ、オレンジジュース</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 さつまいのオレンジ煮</p>	<p>20 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 ミニゼリー(ブルー)</p> <p><small>【赤】若鶏、もも、牛乳、クリーム、しらす 【黄】ロールパン、じゃが芋、オリーブ油、バター、薄力粉、ごま油、さび砂糖、精白米、ゼリー 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、グリーンピース、こまつな、コーン、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり(しらす)</p>	<p>21 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、しめじ) ごぼう入り鶏つくね きゅうりともやしの和え物 消見みかん</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、豚レバー、沖繩豆腐、EM牛乳、鶏胸肉 【黄】精白米、おし麦、油、薄力粉、炭酸飲料、サイダー、黒砂糖 【緑】チンゲンサイ、しめじ、ごぼう、たまねぎ、しょうが、きゅうり、りんご、もやし、タンゴール</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 モペポーポー</p>
<p>23 あわご飯 みそ汁(大根、しいたけ) 高野豆腐と野菜のうま煮 きゅうりの塩昆布あえ パン缶</p> <p><small>【赤】凍り豆腐、豚肉、EM牛乳、牛乳、チーズ 【黄】精白米、あわ、精白粒、油、さび砂糖、薄力粉 【緑】大根、しいたけ、ネギ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、塩昆布、パンアップル、缶、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スコーン(ほうれん草、チーズ)</p>	<p>24 ふりかけご飯 すまし汁(小松菜、絹ごし) 鮭のちゃんちゃん焼き ポテトサラダ あまなつ</p> <p><small>【赤】豆腐、しらす、じゃが芋、油、油揚げ 【黄】精白米、おし麦、油、さび砂糖、じゃが芋、マヨドレ、ごま 【緑】こまつな、たまねぎ、キャベツ、しめじ、にんじん、きゅうり、コーン、なつめかん</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(マカ)80 きつおおにぎり</p>	<p>25 タコライス みそ汁(麩、わか) 味噌小魚 りんご</p> <p><small>【赤】牛、ひき肉、生豚レバー、ピザチーズ、味噌小魚、豆乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、油、さび砂糖、ごま油、ホットケーキ、マヨドレ 【緑】にんじんにたまねぎ、にんじん、シラス、トマト、大根、根菜、ねぎ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 きな粉ラスク</p>	<p>26 お弁当</p>  <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>27 麦ご飯 八宝菜 大豆の甘辛揚げ ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚肉、大豆、しらす、ソファール、豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、さび砂糖、玄米フレーク、かりんとう、黒 【緑】はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ、ピー、きくらげ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">豆乳 かりんとう りんご</p>	<p>28 沖縄そば 小松菜と油揚げのおかか和え オレンジ</p> <p style="text-align: center;">豆乳 五平餅</p>
<p>30 納豆ごはん ちむしんじ パパイヤイリチー 消見みかん</p> <p><small>【赤】納豆、豚、かた、豚レバー、まぐろ、青豆、しょうが、汁 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、さび砂糖 【緑】にんじん、ネギ、にんじん、バナナ、タンゴール、味噌汁のり</small></p> <p style="text-align: center;">放む野菜と果実 みそおにぎり</p>	<p>31 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、さつまい) ハンバーグ(アレルギー対応) れんごんのゴママヨサラダ りんご</p> <p><small>【赤】さ、ひき肉、豚レバー、沖繩豆腐、EM牛乳、しらす 【黄】精白米、おし麦、さつまい、じゃが芋、油、ごま、マヨドレ、さび砂糖、米粉、ごま油 【緑】キャベツ、たまねぎ、れんごん、にんじん、さやいんげん、りんご、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズ</p>	<p>≪5月5日は端午の節句≫</p> <p>端午の節句は子どもの健やかな成長と、厄除けを願う行事で、柏餅やちまきを食べる風習があります。柏の葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから子孫繁栄の願いが込められています。ちまきは笹の葉などで餅などを三角形に巻いたものです。二千年以上前に中国で生まれ、日本に伝わってきました。危険から身を守るという意味があります。</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。 ※おやつのかき、クッキー、蒸しパン等は、米粉と黒糖を使用しています。

≪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