

# 予 定 献 立 表

2019年8月分

さざなみっこ保育園

月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>9時就寝</p> <p><b>規則正しい生活をしよう</b></p>  </div> <div style="width: 30%;"> <p>朝ごはんを食べよう</p>  </div> </div>					
<p><b>5</b> ご飯 みそ汁(山東菜、しめじ) 炒り豆腐 もーいとの和え物</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、こんにやく、三温糖、砂糖、食パン、バター 【緑】さんとうさい、しめじ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、ネギ、モウイ、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ☑ ナモンドースト</p>	<p><b>6</b> あわご飯 すまし汁(冬瓜、わかめ) 鮭のごま味噌焼き オクラ入り麩炒め ゼリー</p> <p><small>【赤】しろさげ、豚肉、牛乳、きな粉 【黄】胚芽米、ごま、砂糖、ごま油、ふくずでん粉、黒砂糖 【緑】とうがん、ワカメ、ネギ、オクラ、にんじん、パイナップル</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p><b>7</b> スパゲティーミートソース すまし汁(チンゲン菜、大根) 茹でコーン ぶどう</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、さくらえび 【黄】スパゲティ麺、バター、胚芽米 【緑】にんじん、たまねぎ、ナス、しいたけ、チンゲンサイ、大根、スイートコーン、ぶどう、ごまつな</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 青菜おにぎり □</p>	<p><b>8</b> 麦ご飯 ベジタブルカレー マカロニサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、牛乳、まぐろ缶詰、はちみつ 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、スパゲティ麺、さつまいも、黒砂糖 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、トマト、キャベツ、ごぼう、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ☑ マポッキー</p>	<p><b>2</b> 麦ご飯 ボルシチ へちまサラダ ブルーベリー</p> <p><small>【赤】牛ひき肉、豚レバー、クリーム、ツナ缶、牛乳 【黄】胚芽米、おし麦、じゃが芋、バター、オリーブ油、砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、さやいんげん、ヘチマ、コンソメ、レモン、オレグノ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ☑ ナンマンせんべい オレンジ</p>	<p><b>3</b> 野菜そば 大豆サラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚かたがま、大豆、牛乳、ツナ缶 【黄】沖繩そば、砂糖、ごま油、胚芽米 【緑】にんじん、キャベツ、りよくとうもろこし、トマト、きゅうり、ひじき、りんご、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ☑ そおにぎり</p>
<p><b>12</b> 振替休日</p> 	<p><b>13</b> ご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが オクラのおかか和え ゼリー</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、牛肉、グリーンピース、牛乳 【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖、強力粉、黒砂糖、ごま油 【緑】ネギ、たまねぎ、にんじん、オクラ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 □ 黒糖カスター</p>	<p><b>14</b> ご飯 みそ汁(大根、山東菜) 豚肉のしょうが焼 人参ソシソ(シラス) バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、しらす、豚ひき肉 【黄】胚芽米、ごま油、三温糖 【緑】大根、さんとうさい、たまねぎ、ピーマン、しょうが、にんじん、ネギ、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ☑ 小麦粉ラスク</p>	<p><b>15</b> ウークイ (お弁当です)</p>  <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり</p>	<p><b>16</b> ご飯 みそ汁(大根、えのき) チキンのケチャップ煮 小魚サラダ すいか</p> <p><small>【赤】鶏手羽しらす、豚肉 【黄】胚芽米、ごま油、ミルミル 【緑】大根、えのき、ネギ、たまねぎ、キャベツ、ひじき、にんじん、コン、ぶどう、しいたけ、からし</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ☑ チマフィン</p>	<p><b>17</b> 沖繩そば へちまサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚かたがま、大豆、牛乳、ツナ缶 【黄】沖繩そば、砂糖、ごま油、胚芽米 【緑】かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、ごまつな、コン、ブルーベリー、塩昆布</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり</p>
<p><b>19</b> ご飯 みそ汁(ハチマ、鶏肉) ゴーヤーチャンプルー モズクの酢の物 ブルーベリー</p> <p><small>【赤】鶏もも、沖繩豆腐、豚肉、牛乳、鶏卵 【黄】胚芽米、三温糖、黒砂糖 【緑】ハチマ、しめじ、たまねぎ、にんじん、ごぼう、きゅうり、沖繩もずく、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ☑ ペーパー</p>	<p><b>20</b> あわご飯 そうめん汁 鯖の塩焼き デュークニーイリチー すいか</p> <p><small>【赤】さば、豚肉、調整豆乳、しらす、油揚げ 【黄】胚芽米、そうめん、三温糖、ごま油、砂糖 【緑】ネギ、大根、にんじん、さやいんげん、スイカ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ☑ なり寿司</p>	<p><b>21</b> ご飯 みそ汁(小松菜、麩) ハニースパイシーチキン 赤瓜の煮つけ バナナ</p> <p><small>【赤】鶏もも、豚肉、牛乳、鶏卵、牛乳 【黄】胚芽米、ふ、はちみつ、三温糖、さつまいも 【緑】ごまつな、にんにく、モウイ、にんじん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ☑ つまみも蒸しカップ</p>	<p><b>22</b> お弁当です</p>  <p style="text-align: center;">フルーツ豆乳ミックス 蒸し芋</p>	<p><b>23</b> ご飯 みそ汁(山東菜、生揚げ) 魚ハンバーグ きんぴら風煮 ぶどう</p> <p><small>【赤】生揚げ、キングクリップ、鶏ひき肉、鶏卵、豚肉、しらす 【黄】胚芽米、ごま、三温糖 【緑】さんとうさい、たまねぎ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、ぶどう、にんじん、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ☑ こひじきおにぎり</p>	<p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;"><b>親子防災教室</b></p>
<p><b>26</b> ご飯 すまし汁(シメジ、みつば) マーボー豆腐(ハチマ) なます メロン</p> <p>誕生会</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚ひき肉、豚レバー、牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、ごま油、ケーキ 【緑】しめじ、えのき、ミツバ、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ハチマ、ネギ、大根、メロン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p><b>27</b> ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 冬瓜の煮物 しそ入り卵焼き ブルーベリー</p> <p><small>【赤】鶏もも、鶏卵、さば缶詰 【黄】胚芽米、ごま油、そうめん 【緑】しめじ、えのき、きょうな、とうがん、にんじん、ネギ、しそ、パイナップル</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ☑ ヤワライス(おにぎり)□</p>	<p><b>28</b> ご飯 すまし汁(オクラ、ワカメ) 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ含め煮 りんご</p> <p><small>【赤】しろさげ、牛乳、鶏肉、グリーンピース 【黄】胚芽米、三温糖、バター 【緑】オクラ、ワカメ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、かぼちゃ、りんご、にんじん、コン</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ソーメンチャー</p>	<p><b>29</b> ご飯 八宝菜 かぼちゃサラダ ゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉、牛乳 【黄】胚芽米、三温糖、じゃが芋、食パン 【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、かぼちゃ、きゅうり、トマト、ブルーベリー、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ☑ ヤムパン</p>	<p><b>30</b> 納豆ごはん みそ汁(カラシ、じゃがいも) 切り干し大根炒め オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆、豚肉、かまぼこ、牛乳、チカラチー、鶏卵、チーズ 【黄】胚芽米、じゃが芋、こんにやく、三温糖、砂糖 【緑】からし、切り干し大根、にんじん、しいたけ、オレンジ、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">アイスクリーム□ 麦茶□</p>	<p><b>31</b> 麦ご飯 ビーフシチュー 白和え(ゴーヤー、人参) バナナ</p> <p><small>【赤】牛かた肉、豚レバー、クリーム、沖繩豆腐、ツナ缶、アイス、クリーム 【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、ピーマン、ごぼう、えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり</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

★ 発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生