

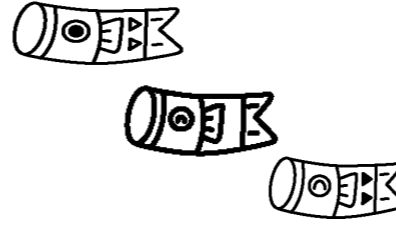
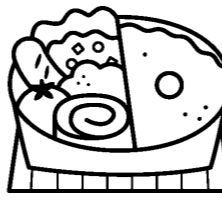




# 予 定 献 立 表

さざなみっこ保育園

2022年5月分

月	火	水	木	金	土
<p>2 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】沖縄豆腐,豚肉,ウィンナー,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,ニガウリ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 セサミスティック</p>	<p>3 憲法記念日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>4 みどりの日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>5 こどもの日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>6 そぼろ丼 みそ汁(厚揚げ,ねぎ) キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,鶏レバー,鶏卵,生揚げ 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,マヨドレ 【緑】ほうれんそう,ネギ,キャベツ,みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 もずく入りひらやちー</p>	<p>7 ごはん ハヤシライス3 果物</p> <p><small>【赤】牛肉,鶏レバー,おから,竹輪,豆乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,マヨドレ 【緑】たまねぎ,にんじん,トマト,ピーマン,きゅうり,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 若菜と梅しそおにぎり</p>
<p>9 スパゲティミートソース すまし汁(絹ごし,青菜) きゅうり竹輪 バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,牛・ひき肉,豚レバー,チーズ,豆腐,竹輪 【黄】スパゲティ麺,オリーブ油,薄力粉,バター,精白米, きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,しいたけ,こまつな,きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司</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 フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】さば,豚肉,豆腐 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,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</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆みそおにぎり</p>	<p>11 あわご飯 ゆし豆腐 豚肉のしょうが焼き かぼちゃ含め煮 シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉,牛乳,きな粉 【黄】精白米,あわ,油,シークワサーゼリー,黒砂糖 【緑】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;">酪農牛乳 黒糖くずもち</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 パイン缶</p> <p><small>【赤】あこうだい,豚肉,カマボコ,牛乳,ナチュラルチーズ・クリーム 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】はくさい,トマト,ワカメ,しょうが,切り干し大根,にんじん,しいたけ,ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかおにぎり</p>	<p>13 ふりかけご飯 さつま汁 人参シシリ(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,牛乳 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,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;">酪農牛乳 ジャムパン</p>	<p>14 ごはん カレーライス(ポーク) 果物</p> <p><small>【赤】豚かた肉,豚レバー 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 青菜おにぎり</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】成鶏・手羽,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;">酪農牛乳 スコーン(ほうれん草・チーズ)</p>	<p>17 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも,油揚げ) 鮭の塩焼き ナムル(春雨) みかん缶</p> <p><small>【赤】油揚げ,べにざけ,鶏ささ身,牛乳,豆乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,はるさめ,ごま油,きび砂糖,くずで ん粉 【緑】根深ねぎ,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;">麦茶 おかかチーズおにぎり</p>	<p>18 ごはん カレーライス(ベジタブル) ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,豚レバー,牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,ごま,三温糖 【緑】かぼちゃ,たまねぎ,トマト,キャベツ,にんにく,にんじ ん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 アンパンマンせんべい</p>	<p>19 お弁当会です</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">麦茶 若菜と梅しそおにぎり</p>	<p>20 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 オレンジ</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,沖縄豆腐,牛乳,鶏卵 【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,りょくとうもやし,タンゴール</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 そべポーポー</p>	<p>21 ごはん ビーフシチュー 果物</p> <p><small>【赤】牛・かた肉,豚レバー,クリーム 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,薄力粉,バター 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,ピーマン,スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり</p>
<p>23 あわご飯 ゆし豆腐 誕生会 高野豆腐と野菜のうま煮 きゅうりの塩昆布あえ パイン缶</p> <p><small>【赤】凍り豆腐,豚肉 【黄】精白米,あわ,精白粒,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】ネギ,キャベツ,にんじん,たまねぎ,きゅうり,塩昆布, パインアップル・缶,ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(マスカット) 誕生ケーキ</p>	<p>24 ふりかけご飯 すまし汁(小松菜,絹ごし) 鮭の塩焼き ポテトサラダ ゼリー</p> <p><small>【赤】豆腐,しろさけ油揚げ 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,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</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 きつねおにぎり</p>	<p>25 タコライス みそ汁(麩,ワカメ) りんご</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉-生,豚レバー,ピザチーズ,調整豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,焼きふ,食パン,きび砂糖,バター 【緑】にんにく,たまねぎ,にんじん,レタス,トマト,ワカメ,根深 ねぎ,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 蒸しいも</p>	<p>26 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】さば 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,さつま芋,バター 【緑】とうがん,さんとうさい,しょうが,にんにく,はくさい,りん ご,きゅうり,にんじん,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかおにぎり</p>	<p>27 麦ご飯 八宝菜 大豆の甘辛揚げ ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚肉,大豆,しらす,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,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 マン,きくらげ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 かりんとう</p>	<p>28 沖縄そば 小松菜と油揚げのおかか和え 果物</p> <p><small>【赤】豚肉,カマボコ,油揚げ 【黄】沖縄そば,きび砂糖,精白米 【緑】なが昆布,にんじん,ネギ,こまつな</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり</p>
<p>30 納豆ごはん ちむしんじ パイパイリチー オレンジ</p> <p><small>【赤】納豆,豚・かた,豚レバー,まぐろ・缶詰,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,きび砂糖 【緑】にんじん,ネギ,にんにく,バナナ,ライ</small></p> <p style="text-align: center;">きになる野菜ジュース キャベツマフィン</p>	<p>31 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,じゃがいも) ハンバーグ(アレルギー対応) れんこんのゴママヨサラダ りんご</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉,豚ひき肉,沖縄豆腐 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,ごま,マヨドレ,きび砂 糖,米粉,ごま油 【緑】キャベツ,たまねぎ,れんこん,にんじん,さやいんげ ん,りんご,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり</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> <div style="text-align: right;">   </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