

予 定 献 立 表

さざなみっこ保育園

2023年8月分

月	火	水	木	金	土
<p style="text-align: center;">厳しい暑が続いています。 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>	<p style="text-align: center;">1</p> <p>麦ご飯 みそ汁(じゃがいも) 鮭の塩焼き 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) ぶどう</p> <p><small>【赤】豚かた肉しらす、油揚げ 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、ごま 【緑】ワカメ、ネギ、キャベツ、にんじん、ピーマン、りょうとうもやし</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 きつねおにぎり</p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p>キッズビビンバ みそ汁(ゆし豆腐) 茹でコーン パイン缶</p> <p><small>【赤】豚肉、牛乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、ごま油、きび砂糖、ごま、食パン、マヨレ 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ、水煮缶、しいたけ、にんじん、りょうとうもやし、ほうれんそう、根深ねぎ、スイートコーン、パインアップル、缶</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チーストースト</p>	<p style="text-align: center;">3</p> <p>麦ご飯 ポルシチ ヨーグルト</p> <p><small>【赤】牛・かたロース、豚レバー、クリームソーダ 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、薄力粉、バター、きび砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ふりかけおにぎり</p>	<p style="text-align: center;">4</p> <p>マーボー冬瓜丼 すまし汁(絹ごし、青菜) オクラのおかか和え バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、豆腐、牛乳、さば、缶詰 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、ごま油、そうめん、油 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、とうが ん、ろ、ごまつな、きゅうり、オクラ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p style="text-align: center;">5</p> <p>野菜そば 果物</p> <p><small>【赤】豚肉、カマゴ牛乳、缶 【黄】沖繩そば、油、精白米、きび砂糖 【緑】にんじん、キャベツ、りょうとうもやし、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり</p>
	<p style="text-align: center;">7</p> <p>あわご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ) 肉じゃが モズク酢 バナナ</p> <p><small>【赤】牛・かたロース、グリーンピース、ゆで牛乳、牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、こんにやく、きび砂糖、強力粉、黒砂糖 【緑】キャベツ、しめじ、ネギ、たまねぎ、にんじん、沖繩もずく、きゅうり、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖カステラ</p>	<p style="text-align: center;">8</p> <p>麦ご飯 すまし汁(オクラ、豆腐) 鯖の味噌煮(玉ネギ) キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豆腐、さば 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖 【緑】オクラ、ワカメ、しょうが、たまねぎ、キャベツ、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり</p>	<p style="text-align: center;">9</p> <p>ごはん もずく丼 シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豆腐、缶、牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、マヨレ 【緑】沖繩もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ビスケット パナナ</p>	<p style="text-align: center;">10</p> <p>トマトスパゲティ みそ汁(冬瓜、からし菜) きゅうり竹輪 バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、竹輪 【黄】スパゲティ、麺、ごま油、カレール、精白米、ごま、きび砂糖 【緑】トマト、ナス、たまねぎ、しめじ、とうがん、からし菜、きゅうり、バナナ、にんじん、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり</p>	<p style="text-align: center;">11</p> <p style="text-align: center;">山の日 (振替休日)</p> <div style="text-align: center;">  </div>
<p style="text-align: center;">14</p> <p>あわご飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) 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】精白米、あわ精白粒、ふ、こんにやく、油、きび砂糖、ごま 【緑】チンゲンサイ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、モウイ、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 もちもちドーナツ</p>	<p style="text-align: center;">15</p> <p>麦ご飯 すまし汁(青菜、えのき) 魚の味噌照り焼き パパイヤイリチー すいか</p> <p><small>【赤】あこうだい、まぐろ、缶詰、牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、薄力粉、ごま、油 【緑】ごまつな、えのき、シロガ、パパイヤ、にんじん、ろ、ス、イ、かん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 青菜おにぎり</p>	<p style="text-align: center;">16</p> <p>ふりかけごはん ゆし豆腐(アーサ) 冬瓜の煮物 バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、ゆし豆腐、若鶏、もも、牛乳 【黄】精白米、油 【緑】にんじん、昆布、ネギ、あおさ、とうがん、さやいんげん、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 そべポーポー</p>	<p style="text-align: center;">17</p> <p>お弁当会です</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">麦茶 野菜と梅しおにぎり</p>	<p style="text-align: center;">18</p> <p>麦ご飯 みそ汁(大根、ワカメ) 豚肉のしょうが焼き 人参シソ汁(かつお節) ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚肉、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、ごま油、さつま芋、バター、きび砂糖 【緑】大根、ワカメ、ネギ、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、しょうが、にんじん</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p style="text-align: center;">19</p> <div style="text-align: center;">  <p style="text-align: center;">親子 防災教室</p> </div> <p style="text-align: center;">麦茶 青菜おにぎり</p>
<p style="text-align: center;">21</p> <p>麦ご飯 みそ汁(厚揚げ、ねぎ) なすの挽き肉炒め きゅうりと竹輪の和え物 ブルー</p> <p><small>【赤】生揚げ、豚ひき肉、竹輪 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、薄力粉 【緑】ネギ、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、きゅうり、ブルー、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 おかかおにぎり</p>	<p style="text-align: center;">22</p> <p>麦ご飯 みそ汁(山東菜、油揚げ) 誕生会 きんぴら風煮(いんげん) フルーツサラダ</p> <p><small>【赤】油揚げ、沖繩豆腐、缶、牛乳、豚肉 【黄】精白米、おし麦、パン粉、油、ケキ 【緑】さんとうさい、ネギ、ごぼう、にんじん、さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア 誕生会ケーキ</p>	<p style="text-align: center;">23</p> <p>タコライス みそ汁(麩、ワカメ) 煮豆 みかん缶</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、豚レバー、ピザチーズ、大豆 【黄】精白米、おし麦、油、焼きふ、きび砂糖 【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、真昆布、りんご、ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 コーンのお焼き</p>	<p style="text-align: center;">24</p> <p>ごはん カレーライス(ベジタブル) ゼリー</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 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、トマト、キャベツ、にんにく、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 豆乳ウエハース パナナ</p>	<p style="text-align: center;">25</p> <p>麦ご飯 春雨スープ 鮭の塩焼き きゅうりともやしの和え物 オレンジ</p> <p><small>【赤】豚赤肉、しらす 【黄】精白米、おし麦、はるさめ、油、きび砂糖 【緑】レタス、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、きゅうり、りょうとうもやし</small></p> <p style="text-align: center;">アイスクリーム ごまクッキー</p>	<p style="text-align: center;">26</p> <p>ごはん ハヤシライス 果物</p> <p><small>【赤】牛肉、鶏レバー、まぐろ、缶詰 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、きゅうり、干しぶどう、梅干し、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 梅おかかおにぎり</p>
<p style="text-align: center;">28</p> <p>納豆ごはん イナムドチ 野菜炒め(もやし、ひじき) ゼリー</p> <p><small>【赤】納豆、豚かた肉、カマゴ牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、食パン 【緑】大根、しいたけ、にんじん、キャベツ、りょうとうもやし、ひじき、いちご、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p style="text-align: center;">29</p> <p>麦ご飯 みそ汁(ワカメ、豆腐) 鯖のカレー焼き 野菜炒め(キャベツ、たまねぎ) パインアップル</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、さば、豚肉 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油 【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん、パイン、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり</p>	<p style="text-align: center;">30</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">お弁当</p>	<p style="text-align: center;">31</p> <p>チキン照り焼き丼 みそ汁(キャベツ、油揚げ) ポテトサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】成鶏、もも、油揚げ、牛乳、鶏卵、豚肉 【黄】精白米、おし麦、油、じゃが芋、マヨレ 【緑】たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、しょうが、キャベツ、にんじん、きゅうり、コンパナ、ろ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ふりかけおにぎり</p>	<div style="text-align: center;">  <p style="text-align: center;">規則正しい生活を しよう</p> </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