

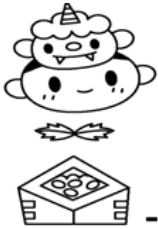


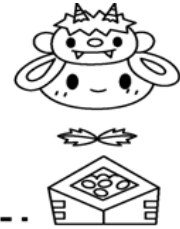
予 定 献 立 表

2021年2月分

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|---|--|--|
| <p>1 あわご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キャベツの塩昆布和え バナナ</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐、牛かたろ、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、あわ、じゃが芋、三温糖、強力粉、黒砂糖 【緑】ネギ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、塩昆布、バナナ、干しぶどう、グリーンピース</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖カステラ</p> | <p>2 きのコスパゲティ みそ汁(大根、水菜) 節分 大豆の甘辛炒め たんかん 型抜きチーズ</p> <p><small>【赤】豚肉、鶏ひき肉、大豆、しらす、チーズ、納豆、煮干し 【黄】スパゲティ麺、ごま油、三温糖、精白米、砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、しめじ、ピーマン、焼きのり、大根、きょうな、ワカメ、タンゼロ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 納豆巻き いりこ</p> | <p>3 麦ご飯 みそ汁(白菜、えのき) 鯖の塩焼き 切り干し大根炒め りんご</p> <p><small>【赤】油揚げ、さば、豚肉、カマコ、EM牛乳、チーズ、牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、三温糖、砂糖、米粉 【緑】はくさい、えのき、切り干し大根、にんじん、しいたけ、りんご、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 コーンのお焼き</p> | <p>4 麦ご飯 すまし汁(青菜、しめじ) 鶏のから揚げ パパイアイリチー みかん</p> <p><small>【赤】鶏もも、まぐろ、缶詰、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、さつま芋、バター、三温糖、薄力粉 【緑】ほうれんそう、しめじ、ハヤイ、にんじん、こら、温州みかん、しょうが</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 キャラメルポテト</p> | <p>5 ビビンバ風ごはん みそ汁(厚揚げ、ねぎ) 大根の甘酢合え シークワーサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉、生揚げ、みどり調整豆乳 【黄】精白米、おし麦、ごま油、三温糖、ごま、砂糖、食パン、ゼリー 【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、ネギ、大根、ブルーベリー、ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ジャムパン</p> | <p>6 麦ご飯 すまし汁(チンゲン菜、絹ごし) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) パイナップル</p> <p><small>【赤】豆腐、鶏もも、豚肉、しらす、け 【黄】精白米、おし麦、はちみつ、ミルミル 【緑】チンゲンサイ、にんにく、にんじん、キャベツ、ピーマン、りょうとうもやし、パイナップル、缶詰、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">ミルミル 鮭おにぎり</p> |
| <p>8 あわご飯 みそ汁(キャベツ、ふ) ポークケチャップ きゅうりの梅和え みかん</p> <p><small>【赤】豚肉、EM牛乳、ツナ缶、豆乳 【黄】精白米、焼きふ、あわ、薄力粉 【緑】キャベツ、ネギ、たまねぎ、ピーマン、きゅうり、梅干し、温州みかん、にんじん、こら</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ひらやちー</p> | <p>9 ふりかけご飯 おでん 小松菜の和え物(おかか) りんご</p> <p><small>【赤】ソーキ骨、生揚げ、竹輪、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、ホットケーキ粉 【緑】にんじん、大根、根が昆布、こまつな、りょうとうもやし、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ブリッツ(人参)</p> | <p>10 麦ご飯 ミネストローネ(大豆) まぐろカツ(ゴマ) ブロッコリーソテー バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉、きはだまぐろ、しらす、油揚げ、煮干し、豆乳、大豆 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、三温糖、ごま、砂糖、薄力粉、パン粉 【緑】キャベツ、にんじん、たまねぎ、トマト、ブロッコリー、コーン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いり寿司 いりこ</p> | <p style="text-align: center;"> 建国記念日</p> | <p>11</p> <p>12 ロールパン チキンチャウダー トマトと水菜のツナ和え ブルーベリー</p> <p><small>【赤】鶏もも、豚肉、牛乳、クリーム、まぐろ、缶詰、しらす 【黄】パン、じゃが芋、オリーブ油、バター、精白米、薄力粉 【緑】たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、きょうな、ブルーベリー、えだまめ、グリーンピース</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり(しらす)</p> | <p>13 そぼろ丼 みそ汁(なす) 白菜の和え物 たんかん</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、鶏卵、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、砂糖、バター、米粉、アーモンド 【緑】ほうれんそう、ナス、ワカメ、ネギ、はくさい、きゅうり、タンゼロ、かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かぼちゃクッキー</p> |
| <p>15 あわご飯 みそ汁(白菜、しいたけ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、生揚げ、EM牛乳、チナロ、チーズ、クリーム、牛乳、チーズ 【黄】精白米、はるさめ、砂糖、あわ、薄力粉 【緑】はくさい、しいたけ、にんじん、さやいんげん、キャベツ、みかん、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p> | <p>16 麦ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) 鮭のごま味噌焼き 白和え(ほうれん草・人参) いちご</p> <p><small>【赤】しらす、け、沖繩豆腐、ツナ缶、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、ごま、砂糖、ごま油、くずでん粉、黒砂糖 【緑】しめじ、えのき、きょうな、ほうれんそう、にんじん、いちご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p> | <p>17 麦ご飯 カボチャスープ 魚のピザ焼き ブロッコリーのおかか和え たんかん</p> <p><small>【赤】牛乳、カボチャ、ツナ缶、チーズ、煮干し、チーズ 【黄】精白米、おし麦、バター、三温糖、米粉 【緑】たまねぎ、かぼちゃ、トマト、にんじん、ピーマン、ブロッコリー、コーン、タンゼロ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 みそおにぎり いりこ</p> | <p>18 麦ご飯 みそ汁(大根、ワカメ) レバーのカレー揚げ 野菜炒め(青菜) バナナ</p> <p><small>【赤】豚レバー、鶏卵、豚肉、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、ケーキ 【緑】大根、ワカメ、ネギ、にんにく、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、ピーマン、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p> | <p>19 もずく丼 なめこ汁 食育 白菜サラダ のソファール元気ヨーグルト 日</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、鶏卵、豆腐、EM牛乳、ヨーグルト 【黄】精白米、おし麦、砂糖、さつま芋 【緑】沖繩もずくにんじん、にんにくにピーマン、赤ピーマン、なめこ、ネギ、はくさい、りんご、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 蒸し芋</p> | <p>20 沖縄そば(肉入り) 沖繩菜としめじのおかか和え りんご</p> <p><small>【赤】豚肉、カマコ、沖繩豆腐、まぐろ、缶詰、EM牛乳、しらす 【黄】沖繩そば、砂糖、精白米 【緑】なが昆布、にんじん、ネギ、こまつな、しめじ、りんご、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p> |
| <p>22 納豆ごはん イナムドチ からし菜チャンプルー みかん</p> <p><small>【赤】納豆、豚肉、カマコ、沖繩豆腐、まぐろ、缶詰、EM牛乳、さば、缶詰 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、そうめん 【緑】大根、しいたけ、からし、な、にんじん、たまねぎ、温州みかん、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ソーメンチャー</p> | <p style="text-align: center;">天皇誕生日</p> <p style="text-align: center;"></p> | <p>24 麦ご飯 みそ汁(ほうれん草、しいたけ) ハンバーグ 人参シソ(シラス) りんご</p> <p><small>【赤】牛ひき肉、豚ひき肉、沖繩豆腐、しらす、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、ごま油、バター、しゅうまいの皮 【緑】ほうれんそう、しいたけ、たまねぎ、にんじん、ネギ、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 カレーポテトのサモサ風</p> | <p style="text-align: center;">お弁当会</p> <p style="text-align: center;">おやつ準備お願いします!</p> | <p>26 カレーライス(シーフード) ブロッコリーのマヨネーズ和え ゴマなしミニフィッシュ</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚肉、牛乳、まぐろ、缶詰、EM牛乳、煮干し 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、はちや棒 【緑】にんじん、たまねぎ、にんにくにピーマン、ブロッコリー、カリフラワー、コーン、タンゼロ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 はちや棒 たんかん</p> | <p>27 麦ご飯 みそ汁(白菜、長ネギ、油揚げ) ジャンボオムレツ クービーリチー プチトマト</p> <p><small>【赤】油揚げ、鶏卵、豚肉、豚肉、カマコ、EM牛乳、しらす 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、こんにやく、三温糖、ごま油、上新粉 【緑】はくさい、根深ねぎ、ピーマン、赤ピーマン、昆布、しいたけ、にんじん、トマト、こら、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チヂミ</p> |



節分は立春の前日、冬が終わって春に移るとい季節の変わり目を意味します。豆まきは災いを追い払い、福を呼び込むという願いを込めて行われてきた風習です。立春を迎えて、暦の上では春ですが、1年で一番寒い時期です。風邪や新型コロナに負けず、元気に過ごすには食事も大切です。バランスよく、いろいろなものを食べるようにしましょう。



※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