

予 定 献 立 表

2021年3月分



月	火	水	木	金	土
1 あわご飯 豚肉と白菜のスープ マーボー豆腐 スティックキュウリ ブルーベリー <small>【赤】豚かた肉、沖繩豆腐、豚ひき肉、豚レバー、EM牛乳 【黄】精白米、あわ、砂糖、ごま油、さつま芋、バター、三温糖、はちみつ、ごま 【緑】はくさい、にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、こら、きゅうり、ブルーベリー</small> EM酪農牛乳 スイートポテト	2 麦ご飯 ちむしんじ 魚てんぷら 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) りんご <small>【赤】豚肉、豚レバー、キングクリップ、挽きわり納豆、豚ひき肉、煮干し、豆乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、三温糖、薄力粉 【緑】キャベツ、にんにく、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、りんご、焼きのり</small> 麦茶 納豆みそおにぎり いりこ	3 ちらしずし(鮭) すまし汁(花麩) ひな花ウィンナー 祭菜の花の和え物(おおか) いちご 三色花ゼリー <small>【赤】鶏卵、ペニダげ、ウインナー、EM牛乳 【黄】胚芽米、砂糖、油、ごま、焼き、ゼリー、桜餅 【緑】ひじき、さやいんげん、ほうれんそう、なばな、にんじん、いちご</small> EM酪農牛乳 桜餅	4 焼きそば みそ汁(厚揚げ、ねぎ) 茹で卵 土佐和え バナナ <small>【赤】豚肉、生揚げ、鶏卵、ジョア 【黄】中華めん、ごま油、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、しいたけ、キャベツ、ピーマン、ネギ、きゅうり、バナナ</small> ジョア(マスクット) ふりかけおにぎり	5 麦ご飯 ビーフシチュー 小魚サラダ チーズ <small>【赤】牛かた肉、豚レバー、クリーム、しらす、チーズ、豆乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、バター、ごま油、食パン、薄力粉 【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、ピーマン、キャベツ、ひじき、コーン、ブルーベリー、ジャム</small> みどり調整豆乳 ジャムパン	6 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、しいたけ) ごぼう入り鶏つくね れんごんのゴママヨサラダ デコポン <small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、沖繩豆腐、EM牛乳、豆乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、油、ごま、三温糖、くずでん粉、砂糖 【緑】チンゲンサイ、しいたけ、ごぼう、たまねぎ、れんごん、にんじん、さやいんげん、タンゴロール、しょうが</small> EM酪農牛乳 豆乳のくずもち
8 梅入り混ぜご飯 豚汁 タマナーチャンプルー バナナ <small>【赤】豚肉、沖繩豆腐、豚肉、EM牛乳、脱脂粉乳、牛乳 【黄】精白米、あわ、ごま、さいとも、こんにやく、油、砂糖、薄力粉 【緑】梅干し、しそ、葉、大根、はくさい、根深ねぎ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こら、バナナ、もも、缶</small> EM酪農牛乳 ピーチマフィン	9 麦ご飯 みそ汁(青菜、えのき) 鯖のカレー焼 ブロッコリーの和え物 りんご <small>【赤】そば、EM牛乳、豆乳、ツ缶 【黄】精白米、おし麦、油、薄力粉 【緑】こまつな、えのき、ワカメ、ブロッコリー、トマト、りんご、にんじん、沖繩もずく、こら</small> EM酪農牛乳 もずく入りひらやちー	10 スパゲティミートソース すまし汁(チンゲン菜、絹ごし) かぶの塩昆布あえ みかん <small>【赤】豚肉、牛肉、豚レバー、チーズ、豆腐、油揚げ、煮干し 【黄】麺、オリブ油、油、バター、精白米、三温糖、ごま、薄力粉 【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、チンゲンサイ、かぶ、かぶ、葉、塩昆布、温州みかん</small> 麦茶 きつねおにぎり いりこ	11 麦ご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ) 豆腐のあげぼの揚げ きんぴら風煮(いんげん) パイン缶 <small>【赤】ペニダげ、沖繩豆腐、鶏卵、鶏ひき肉、EM牛乳、豆腐、ホイップクリーム、豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、米粉、砂糖、薄力粉 【緑】キャベツ、しめじ、ネギ、ごぼう、にんじん、さやいんげん、パインアップル、缶</small> EM酪農牛乳 カップケーキ(ココア)	12 ロールパン ポークビーンズ フルーツサラダ 味付小魚 <small>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、ヨーグルト、チーズ、煮干し 【黄】ロールパン、スパゲティ、麺、油、精白米 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、みかん、バナナ、干しぶどう</small> 麦茶 おかかチーズおにぎり	13 麦ご飯 みそ汁(白菜、油あげ) 鶏と大根の煮物 スパゲティサラダ オレンジ <small>【赤】油揚げ、鶏、もも、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、麺、ごま、ホットケーキ粉 【緑】はくさい、大根、にんじん、しいたけ、きゅうり、干しぶどう、オレンジ</small> EM酪農牛乳 ゴマポッキー
15 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) すきやき風煮 きゅうりともやしの和え物 みかん <small>【赤】豚肉、沖繩豆腐、さくらえび 【黄】精白米、あわ、油、こんにやく、ミルミル 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、にんじん、はくさい、きゅうり、りょくとうもやし、温州みかん、こまつな、味付けのり</small> ミルミル 青菜おにぎり	16 麦ご飯 すまし汁(青菜、しいたけ) 鮭のちゃんちゃん焼き さつまいものゴマ和え りんご <small>【赤】しらす、さけ、EM牛乳、豚肉 【黄】精白米、おし麦、油、バター、三温糖、さつま芋、ごま、うどん 【緑】こまつな、しいたけ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、さやいんげん、りんご、からしな、にんじん</small> EM酪農牛乳 カレーうどん	17 麦ご飯 みそ汁(小松菜、もやし) わかさぎのオランダ揚げ ブロッコリーソテー バナナ <small>【赤】わかさぎ、豆乳、豚肉、EM牛乳、チーズ、煮干し 【黄】精白米、おし麦、ふ、ごま、油、強力粉、バター、薄力粉 【緑】こまつな、りょくとうもやし、にんじん、パセリ、ブロッコリー、コーン、バナナ、にんじん、ジュース</small> 麦茶 おかかチーズおにぎり	18 誕生会 おやつ準備をお願いします！	19 クラファンジュシー 食さつま汁 育白和え(ほうれん草、人参) のシークワーサーゼリー 日 <small>【赤】豚肉、鶏、もも、沖繩豆腐、ツ缶、EM牛乳 【黄】精白米、油、さつま芋、こんにやく、ゼリー、かりんとう 【緑】にんじん、昆布、ネギ、大根、根深ねぎ、ほうれんそう、スイートコーン</small> EM酪農牛乳 かりんとう 茹でコーン	20 <div style="text-align: center;">春分の日</div>
22 あわご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ、豆腐) 豚肉のしょうが焼 かぼちゃ含め煮 みかん <small>【赤】豆腐、油揚げ、豚肉、しらす、煮干し 【黄】精白米、あわ、油、三温糖、ごま、砂糖 【緑】キャベツ、しめじ、たまねぎ、ピーマン、しょうが、かぼちゃ、温州みかん</small> 麦茶 いなり寿司 煮干し佃煮	23 麦ご飯 すまし汁(大根、わかめ、ねぎ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) ナムル りんご <small>【赤】そば、鶏ささ身、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、三温糖、ごま油、砂糖、全粒粉、油、薄力粉 【緑】大根、ワカネギ、しょうが、たまねぎ、ほうれんそう、りょくとうもやし、にんじん、きゅうり、りんご、干しぶどう</small> EM酪農牛乳 スコーン	24 ふりかけご飯 ソーキ汁 白菜の和え物 バナナ <small>【赤】豚肉、ソーキ、チーズ、小豆 【黄】精白米、おし麦、黒砂糖、三温糖、もち米 【緑】なが昆布、にんじん、大根、しいたけ、はくさい、きゅうり、バナナ</small> ぜんざい(もち米) チーズ	25 野菜そば 煮豆 りんご <small>【赤】豚肉、かぼちゃ、大豆、EM牛乳、ツ缶 【黄】沖繩そば、油、砂糖、精白米 【緑】にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、真昆布、りんご、味付けのり</small> EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり	26 カレーライス(チキン) 切り干し大根サラダ ソファール元気ヨーグルト <small>【赤】鶏肉、鶏レバー、ツ缶、調整豆乳、ソファール 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、ごま、三温糖、さつま芋、黒砂糖 【緑】たまねぎ、にんじん、さやいんげん、切り干し大根、きゅうり</small> みどり調整豆乳 蒸し芋 黒糖(3歳〜)	27 麦ご飯 みそ汁(青菜、厚揚げ) 魚のポテトクリーム焼き 野菜炒め(ブロッコリー) いちご <small>【赤】生揚げ、ペニダげ、豚肉、EM牛乳、豆腐、きな粉 【黄】精白米、おし麦、米粉、油、じゃが芋、砂糖、ホットケーキ粉 【緑】こまつな、コーン、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、いちご、パセリ</small> EM酪農牛乳 もちもちドーナツ
29 納豆ごはん みそ汁(白菜、長ネギ、油揚げ) デークニーイリチー バナナ <small>【赤】納豆、油揚げ、豚肉、EM牛乳、まぐろ、缶詰、煮干し 【黄】精白米、おし麦、油、ロールパン 【緑】はくさい、根深ねぎ、大根、にんじん、さやいんげん、バナナ、キャベツ、コーン</small> EM酪農牛乳 ツナサンド いりこ	<div style="text-align: center;">新年度準備</div>	<div style="text-align: center;">新年度準備</div>	園での昼食、おやつ、クッキングなど、例年とは違っていろいろな制限はありましたが、工夫をしながら友達や先生と楽しい時間を分け合ってきたこの1年。こどもたちは心も体も見違えるほど大きくなりました。 「桃の節句」は、ひな人形を飾り、白酒やひしもちなどをお供えし、こどもたちの		

※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

