

予 定 献 立 表

オリーブ保育園

2022年7月分

月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>☆七夕の行事食☆</p> <p>七夕の行事食にそうめんがあります。奈良時代に中国から伝わった小麦粉料理がそうめんのルーツといわれており、無病息災の意味が込められているそうです。また、天の川や織姫の織り糸に見立てているという説もあります。</p> <p>そうめんは食欲のない日におすすめですが、食べる時は麺だけでなく、卵や肉、野菜等をトッピングして栄養を補いましょう。</p> </div> <div style="width: 45%; text-align: right;">  </div> </div>					
<p>4</p> <p>スバゲティナポリタン みそ汁(冬瓜、からし菜) きゅうり竹輪 バナナ</p>	<p>5</p> <p>麦ご飯 みそ汁(キャベツ、油揚げ) 魚のポテトクリーム焼き いんげんソテー ぶどう</p>	<p>6</p> <p>麦ご飯 みそ汁(キャベツ、さつま芋) 魚てんぷら 野菜炒め(青菜) バインアップル</p>	<p>7</p> <p>ふりかけご飯 きらきらスープ(オクラ) チーズハンバーグ しらすのサラダ 七夕デザート</p>	<p>8</p> <p>ロールパン チキンチャウダー トマトサラダ(オクラ) バナナ</p>	<p>9</p> <p>麦ご飯 みそ汁(山東菜、えのき) 生揚げのそぼろ煮(春雨) 土佐和え オレンジ</p>
<p>[赤] 納豆、チキン、油揚げ、しらす、型抜きチーズ10個分 [黄] スバゲティ、オリーブ、油揚げ、白米、ごま、油きび砂糖 [緑] にんじん、たまねぎ、マヨネーズ、とうがら、からし菜、きゅうり、バナナ、にんじん、ひじき</p>	<p>[赤] 油揚げ、べにざけ、豚肉、EM牛乳 [黄] 精白米、おし麦、菜油、油揚げ、半もち米、きび砂糖、ごま [緑] キャベツ、コンタ、たまねぎ、パセリ、さやいんげん、にんじん、ぶどう</p>	<p>[赤] キンダクリップ、豆乳、豚肉、EM牛乳、牛乳 [黄] 精白米、おし麦、さつま芋、厚揚げ、油、ホットケーキ、ゴマ(黒) [緑] キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、りよくとらもち、やし、りん</p>	<p>[赤] 豆腐、牛ひき肉、焼きひき肉、沖縄豆腐、スライスチーズ、しらす、ハム [黄] 精白米、おし麦、じゃが芋、油、マヨレ、そうめん、豆たべよ [緑] オクラ、にんじん、たまねぎ、ごま、コンタ、きゅうり、トマト、みかん</p>	<p>[赤] 鶏、もも、牛乳、クリーム、しらす、ゴマ、なし、ミニフィッシュ [黄] ロールパン、じゃが芋、オリーブ、油、バター、厚揚げ、きび砂糖、精白米 [緑] たまねぎ、にんじん、セロリー、グリーンピース、オクラ、りんご、バナナ、えだまめ</p>	<p>[赤] 豚ひき肉、生揚げ、EM牛乳、きな粉 [黄] 精白米、おし麦、油、はるさめ、スバゲティ、種、高砂、味噌 [緑] さんとうさい、えのき、にんじん、さやいんげん、きゅうり、オレンジ</p>
<p>11</p> <p>麦ご飯 みそ汁(なす) チキンママレード煮 ゴーヤーチャンプルー 味付小魚</p>	<p>12</p> <p>お弁当</p>	<p>13</p> <p>麦ご飯 みそ汁(へちま、絹ごし、しめじ) わかさぎのカレー揚げ パパイアリチー すいか</p>	<p>14</p> <p>麦ご飯 みそ汁(キャベツ、油揚げ) 豆腐ハンバーグ きんぴら風煮(れんこん) メロン</p>	<p>15</p> <p>カレーライス(根菜) おからサラダ 誕 生 会</p>	<p>16</p> <p>麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、じゃが芋) 鯖のカレー焼き 赤瓜の煮つけ バインアップル</p>
<p>[赤] 鶏、チキン、沖縄豆腐、豚肉、ゴマ、なし、ミニフィッシュ、みどり調整豆乳、牛乳、チーズ [黄] 精白米、おし麦、油、厚揚げ、きび砂糖 [緑] 人参、ねぎ、オリーブ、マヨネーズ、たまねぎ、にんじん、とうがら、ほうろく、そう</p>	<p>[赤] EM牛乳 [黄] パン [緑]</p>	<p>[赤] 豆腐、わかさぎ、さくら、糸豆腐、EM牛乳、牛乳 [黄] 精白米、おし麦、菜油、油揚げ、さつま芋、パパイア、きび砂糖、ゴマ(黒) [緑] パパイヤ、しめじ、パパイア、にんじん、さやいんげん、メロン</p>	<p>[赤] 油揚げ、沖縄豆腐、お豆腐、豆乳、焼きひき肉、チーズ、ゴマ、なし、ミニフィッシュ [黄] 精白米、おし麦、厚揚げ、油、マヨレ、ケーキ [緑] キャベツ、れんこん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、メロン</p>	<p>[赤] 豚肉、おから、お豆腐、EM牛乳 [黄] 精白米、おし麦、さつま芋、オリーブ、油、マヨレ、ケーキ [緑] たまねぎ、にんじん、れんこん、しょうが、にんじん、きゅうり、コンタ、オレンジ</p>	<p>[赤] さば、豚肉、豚肉、ゴマ、なし、ミニフィッシュ [黄] 精白米、おし麦、じゃが芋、油、バター [緑] チンゲンサイ、モウイ、にんじん、さやいんげん、パイン、たまねぎ、グリーンピース</p>
<p>18</p> <p>海の日</p> 	<p>19</p> <p>もずく丼 みそ汁(冬瓜、ねぎ) キャベツサラダ</p>	<p>20</p> <p>麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、しめじ) 揚げ魚のケチャップ煮 白菜サラダ オレンジ</p>	<p>21</p> <p>麦ご飯 みそ汁(レタ、トマト) チンジャオロース モズク酢(みかん) バインアップル</p>	<p>22</p> <p>マーボー豆腐丼 春雨サラダ シークワーサーゼリー</p>	<p>23</p> <p>麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(キャベツ、インゲン) バナナ</p>
<p>[赤] 鶏ひき肉、豚肉、EM牛乳、豆乳 [黄] 精白米、おし麦、きび砂糖、油、米粉 [緑] 沖もずくにんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、とうがら、ネギ、キャベツ、みかん、トマト</p>	<p>[赤] キンダクリップ、EM牛乳 [黄] 精白米、おし麦、油、きび砂糖、油、パン、バター [緑] かぼちゃ、しめじ、トマト、たまねぎ、ピーマン、はくさい、りんご、きゅうり、にんじん、オレンジ</p>	<p>[赤] 豚肉、EM牛乳 [黄] 精白米、おし麦、きび砂糖、ごま油、チーズ [緑] レタ、トマト、パイン、しょうが、たまねぎ、たけのこ、ピーマン、青ピーマン、沖もずく、きゅうり、みかん、りんご</p>	<p>[赤] 豚肉、豆腐、焼きひき肉、豚肉、ピーマン、EM牛乳 [黄] 精白米、おし麦、きび砂糖、ごま油、はるさめ、シークワーサー、さつま芋 [緑] にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、とうがら、りんご、トマト</p>	<p>[赤] 鶏ひき肉、豚肉、EM牛乳、チーズ、牛乳 [黄] 精白米、おし麦、ふ、はちみつ、油、厚揚げ、きび砂糖 [緑] チンゲンサイ、にんにく、キャベツ、にんじん、りよくとらもち、さやいんげん、バナナ、コンタ</p>	
<p>25</p> <p>納豆ごはん ちむしんじ タマナーチャンプルー オレンジ</p>	<p>26</p> <p>麦ご飯 みそ汁(小松菜、しめじ) 鯖のごま味噌焼き 切り干し大根炒め すいか</p>	<p>27</p> <p>ゆかりご飯 ミネストローネ(大豆) トンカツ きゅうり和え(オクラ) ぶどう</p>	<p>28</p> <p>そぼろ丼(コーン、しらす) みそ汁(キャベツ、ふ) オクラのおかか和え プチトマト</p>	<p>29</p> <p>麦ご飯 みそ汁(厚揚げ、ねぎ) 八宝菜 さつまいものゴマ和え ソファール元氣ヨーグルト</p>	<p>30</p> <p>沖繩そば(肉入り) へちまサラダ 味付小魚</p>
<p>[赤] 納豆、豚肉、豚肉、沖縄豆腐、豚肉、EM牛乳 [黄] 精白米、おし麦、じゃが芋、油、厚揚げ、アーモンド、きび砂糖、バター [緑] にんじん、人参、にんにく、キャベツ、たまねぎ、とうがら、かぼちゃ</p>	<p>[赤] しらす、油揚げ、豚肉、お豆腐、EM牛乳、豆乳、牛乳 [黄] 精白米、おし麦、ごま、きび砂糖、ごま油、にんにく、油揚げ、粉 [緑] 小松菜、しめじ、大根、切り干し大根、にんじん、しいたけ、さやいんげん、もずく、とう</p>	<p>[赤] 大豆、豚肉、豚肉、豆乳、シソ [黄] 精白米、おし麦、じゃが芋、厚揚げ、パン、油、ピーマン、ごま油、きび砂糖 [緑] キャベツ、にんじん、たまねぎ、トマト、きゅうり、オクラ、ぶどう、ご</p>	<p>[赤] 鶏ひき肉、焼きひき肉、しらす、油揚げ [黄] 精白米、おし麦、きび砂糖、ごま油、お豆腐、ごま、はちみつ [緑] コーン、ほうろく、そう、キャベツ、ネギ、きゅうり、オクラ、トマト</p>	<p>[赤] 生揚げ、豚肉、ソファール、EM牛乳 [黄] 精白米、おし麦、油、きび砂糖、さつま芋、マヨレ、ごま、はちみつ [緑] 44、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、さやいんげん、バナナ</p>	<p>[赤] 豚肉、そば、豚肉、そば、豚肉、そば、EM牛乳、牛乳 [黄] 精白米、おし麦、ふ、はちみつ、油、厚揚げ、きび砂糖 [緑] ながら、お豆腐、にんじん、ネギ、マヨネーズ、コンタ、味付けのり</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・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