

予 定 献 立 表

2022年4月分

オリーブ保育園

月	火	水	木	金	土
<p>～ご入園、ご進級おめでとうございます～</p> <p>春の暖かな日差しの中、新しい環境での生活がスタートしました。健やかな成長には「早寝・早起き・朝ごはん、そして運動」のリズムがとても大切です。朝ごはんをしっかりと食べて元気いっぱい遊べる生活リズムを作っていきますよ。</p> 					
4	5	6	7	8	9
<p>あわご飯 マーボー豆腐 ナムル(春雨) 飲む野菜と果実</p> <p>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、鶏ささ身、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、あわ、きび砂糖、ごま油、はるさめ、米粉、油 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ニラ、ほうれんそう、きゅうり、バナナ</p> <p>EM酪農牛乳 米粉のバナナケーキ(コア)</p>	<p>麦ご飯 すまし汁(小松菜、しめじ) 鮭のごま味噌焼き 冬瓜の煮物 いちご</p> <p>【赤】しろさげ、鶏・もも、EM牛乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、ごま、きび砂糖、ごま油、油、薄力粉、油 【緑】こまつな、しめじ、とうがん、にんじん、さやいんげん、いちご</p> <p>EM酪農牛乳 三月菓子</p>	<p>スパゲティナポリタン アーサ汁 ブロッコリーソーテー りんご</p> <p>【赤】豚かた、チーズ、豆腐、しらす、チーズ 【黄】スパゲティ麺、オリーブ油、油、精白米、ごま、きび砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、トマト、ピーマン、あおさ、ブロッコリー、コーン、りんご、にんじん、ひじき</p> <p>麦茶 じゃこひじきおにぎり チーズ(鉄分)</p>	<p>麦ご飯 みそ汁(からし菜、じゃが芋) 鯖のカレー焼き 人参シリシリ(シラス) バナナ</p> <p>【赤】さば、しらす、EM牛乳、豚かた 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、ごま油、ビーフン、油、きび砂糖 【緑】からし菜、にんじん、ネギ、バナナ、たまねぎ、ニラ</p> <p>EM酪農牛乳 焼きビーフン</p>	<p>麦ご飯 ゆし豆腐 肉じゃが キャベツサラダ</p> <p>【赤】ゆし豆腐、牛・かた、ローズ、牛乳、きな粉、豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、じゃが芋、こんにやく、きび砂糖、食パン 【緑】ネギ、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、キャベツ、みかん</p> <p>EM酪農牛乳 パン(きな粉クリーム)</p>	<p>麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ、玉ねぎ) ポークのアップルソース 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) あまなつ</p> <p>【赤】豚かた、まぐろ・缶詰、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、もち米、ごま 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、ネギ、りんご、キャベツ、にんじん、りょくとうもやし、ピーマン、なつみかん</p> <p>EM酪農牛乳 五平餅</p>
11	12	13	14	15	16
<p>ふりかけご飯 みそ汁(白菜、大根、しいたけ) 生揚げのそぼろ煮(春雨) さつま芋の甘煮 シークワサーゼリー</p> <p>【赤】豚ひき肉、生揚げ、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、はるさめ、さつま芋、はちみつ、シークワサーゼリー、玄米フレーク、マシュマロ 【緑】はくさい、大根、しいたけ、にんじん、さやいんげん</p> <p>EM酪農牛乳 玄米フレークスナック</p>	<p>お弁当</p> <p>【赤】EM牛乳 【黄】クリームパン 【緑】</p> <p>EM牛乳 クリームパン</p>	<p>あわご飯 すまし汁(冬瓜、水菜) 松風焼き 白菜の和え物 デコボン</p> <p>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、まぐろ・缶詰、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、あわ、パン粉、油、きび砂糖、ごま、くずでん粉、黒砂糖 【緑】とうがん、きょうな、たまねぎ、はくさい、にんじん、タンゴール</p> <p>EM酪農牛乳 黒糖くずもち</p>	<p>ゆかりご飯 みそ汁(チンゲン菜、しめじ) 魚フライタルタルソース ブロッコリーの和え物 バナナ</p> <p>【赤】しいら、豆乳、鶏卵、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、パン粉、油、マヨドレ、ホットケーキ 【緑】チンゲンサイ、しめじ、たまねぎ、きゅうり、赤ピーマン、ブロッコリー、トマト、バナナ、にんじん</p> <p>EM酪農牛乳 キャロットスティック</p>	<p>チキンピラフ すまし汁(絹ごし、小松菜) マカロニサラダ ソフル元気ヨーグルト</p> <p>【赤】鶏・もも、豆腐、まぐろ・缶詰、ソフル、EM牛乳 【黄】精白米、油、スパゲティ麺、マヨドレ、ケーキ 【緑】たまねぎ、にんじん、グリーンピース、にんにく、こまつな、きゅうり</p> <p>EM酪農牛乳 お誕生日ケーキ</p>	<p>もずく丼 みそ汁(山東菜、ふ) 土佐和え りんご</p> <p>【赤】豚ひき肉、鶏卵、EM牛乳、チーズ、牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、焼きふ、薄力粉、きび砂糖 【緑】沖縄もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、さんとうさい、きゅうり、りんご、コーン</p> <p>EM酪農牛乳 コーンのお焼き</p>
18	19	20	21	22	23
<p>あわご飯 みそ汁(冬瓜、山東菜) 豚肉のケチャップ煮 粉ふきいも(青のり) バナナ</p> <p>【赤】豚かた、EM牛乳、木綿豆腐 【黄】精白米、あわ、油、じゃが芋、ホットケーキ、ごま 【緑】とうがん、さんとうさい、たまねぎ、ピーマン、黄ピーマン、あおのり、バナナ</p> <p>EM酪農牛乳 ごまごま豆腐パン</p>	<p>麦ごはん(油みそ) そうめん汁 からし菜チャンプルー のりご りんご 日</p> <p>【赤】ツナ缶、沖縄豆腐、豚かた、EM牛乳、鶏卵 【黄】精白米、きび砂糖、油、そうめん、薄力粉、黒砂糖、サイダー 【緑】しいたけ、ネギ、からし菜、にんじん、たまねぎ、りんご</p> <p>EM酪農牛乳 そべボーボー</p>	<p>麦ご飯 すまし汁(大根、わかめ、ねぎ) 鯖の味噌煮(玉ネギ) 野菜炒め(青菜) あまなつ</p> <p>【赤】さば、豚かた、ショア 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油 【緑】大根、わかめ、ネギ、しょうが、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、りょくとうもやし、なつみかん、昆布</p> <p>ショア(マスカット)80 クファージュシーおにぎり</p>	<p>ふりかけご飯 みそ汁(かぼちゃ、油揚げ) レバーのごまソースあえ 白菜サラダ パイ缶</p> <p>【赤】油揚げ、豚レバー、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、ごま、油、さつま芋 【緑】かぼちゃ、ネギ、しょうが、はくさい、りんご、きゅうり、にんじん、パイナップル・缶</p> <p>EM酪農牛乳 蒸し芋</p>	<p>カレーライス(根菜) モズク酢 チーズ(鉄分)</p> <p>【赤】豚かた、鶏レバー、チーズ、調整豆乳、ウインナー 【黄】精白米、おし麦、さつま芋、オリーブ油、きび砂糖、ロールパン 【緑】たまねぎ、にんじん、れんこん、しょうが、にんにく、沖縄もずく、きゅうり、みかん、キャベツ</p> <p>みどり調整豆乳 ロールパン(ウインナー)</p>	<p>焼きそば みそ汁(厚揚げ、ねぎ) 小松菜とコーンのゴマ和え オレンジ</p> <p>【赤】豚かた、生揚げ、EM牛乳、ツナ缶 【黄】中華めん、ごま油、ごまきび砂糖、精白米、マヨドレ 【緑】たまねぎ、にんじん、しいたけ、キャベツ、ピーマン、ネギ、こまつな、コーン、オレンジ、味付けのり</p> <p>EM酪農牛乳 ツナマヨおにぎり</p>
25	26	27	28	29	30
<p>納豆ごはん イナムドチ タマナーチャンプルー バナナ</p> <p>【赤】納豆、豚かた、カマボコ、沖縄豆腐、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、さつま芋、バター、きび砂糖 【緑】大根、しいたけ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ニラ、バナナ</p> <p>EM酪農牛乳 キャラメルポテト</p>	<p>あわご飯 みそ汁(小松菜、えのき) まぐろカツ デークニーリチー いちご</p> <p>【赤】きはだまぐろ、豆乳、豚かた、鶏肉 【黄】精白米、あわ、薄力粉、パン粉、油、バター 【緑】こまつな、えのき、大根、にんじん、さやいんげん、いちご、たまねぎ、コーン、グリーンピース</p> <p>麦茶 ジャワライス</p>	<p>竹の子ご飯 みそ汁(チンゲン菜、絹ごし) 鮭の塩焼き かぼちゃサラダ りんご</p> <p>【赤】鶏ひき肉、豆腐、しろさげ、EM牛乳、牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、マヨドレ、強力粉、黒砂糖 【緑】たけのこ、にんじん、チンゲンサイ、かぼちゃ、きゅうり、りんご、干しぶどう</p> <p>EM酪農牛乳 黒糖カステラ</p>	<p>ロールパン ポークビーンズ(レバー) EM酪農牛乳 スティックキュウリ デコボン</p> <p>【赤】大豆、豚ひき肉、豚レバー、EM牛乳、鮭フレーク 【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、きゅうり、タンゴール、こまつな、味付けのり</p> <p>麦茶 青菜おにぎり(鮭)</p>	<p>昭和の日</p> 	
<p>【赤】鶏肉、鶏卵、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、油、全粒粉、薄力粉、きび砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、はくさい、トマト、ワカメ、スイートコーン、りんご、干しぶどう</p> <p>EM酪農牛乳 スコーン</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