

予 定 献 立 表

2023年3月分

オリーブ保育園

月	火	水	木	金	土
<p>食育活動を実施するにあたり、様々な制限はありましたが、工夫をしながらお友達や先生と楽しい時間を分け合ってきました。この1年で、こどもたちは心も体も見違えるほど大きく成長しました。</p> <p>今年度も残りわずかとなりましたが、みんなで食べる時間を大切にしながら楽しく過ごしていきたいと思っております。</p> <div style="text-align: center;"> </div>		<p>1 麦ご飯 みそ汁(白菜,しめじ) 豆腐のあげぼの揚げ きんぴら風煮(いんげん) りんご</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,ベにぎげ,豚肉,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,やま芋,油,ホットケーキ,ゴマ(黒) 【緑】はくさい,しめじ,ネギ,ごぼう,にんじん,さやいんげん,りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 セサミスティック</p>	<p>2 ゆかりご飯 ソーキ汁(大根) ほうれん草のおかか和え オレンジ</p> <p><small>【赤】豚肉,ソーキ,EM牛乳,豆乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,薄力粉,油 【緑】なご昆布,にんじん,大根,しいたけ,ほうれん草,オレンジ,ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ひらやちー</p>	<p>3 ちらしずし(鮭) すまし汁(花麩) ひな祭り 菜の花和え いちご 三色花ゼリー</p> <p><small>【赤】鶏卵,ベにぎげ,ウインナー 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,ごま焼きふ,三色花ゼリー 【緑】ひじき,さやいんげん,たまねぎ,ワカメ,なばな,コーン,にんじん,いちご,塩昆布,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり</p>	<p>4 チキンピラフ みそ汁(チンゲン菜,えのき) ポテトサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】若鶏,もも,グリーンピース,EM牛乳 【黄】精白米,油,じゃが芋,マヨドレ,さつま芋,バター,きび砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,にんにく,チンゲンサイ,えのき,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 キャラメルポテト</p>
<p>6 ふりかけご飯 豚汁 麩チャンプルー フルーツゼリー(巨峰)</p> <p><small>【赤】豚かた肉,豚肉,鶏卵,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,さといも,油,ふ,ライ麦,薄力粉,きび砂糖 【緑】大根,こまつな,にんじん,根深ねぎ,キャベツ,たまねぎ,りょうとうもろやし,干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スコーン(卵乳なし)</p>	<p>7 麦ご飯 なめこ汁(ネギ) チキンアップルソース 野菜炒め(青菜) 味付小魚</p> <p><small>【赤】豆腐,成鶏,もも,豚かた肉,ゴマなしミニフィッシュ,EM牛乳,ハム,ピザチーズ 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,食パン 【緑】なめこ,ネギ,りんご,チンゲンサイ,にんじん,りょうとうもろやし,ピーマン,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ピザトースト</p>	<p>8 麦ご飯 すまし汁(大根,わかめ,ねぎ) 鯖の味噌煮(玉ねぎ) ブロッコリーの和え物 みかん</p> <p><small>【赤】さば,しらす,油揚げ,型抜きチーズ10鉄分 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま 【緑】大根,わかめ,ネギ,しょうが,たまねぎ,ブロッコリー,トマト,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 チーズ10鉄分入り</p>	<p>9 麦ご飯 みそ汁(山東菜,油揚げ) ごぼう入り鶏つくね パパイヤリチー りんご</p> <p><small>【赤】油揚げ,鶏ひき肉,鶏レバー,沖縄豆腐,まぐろ缶,EM牛乳,脱脂粉乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,薄力粉,きび砂糖 【緑】さんとうさい,ごぼう,たまねぎ,ショウガ,パパイヤ,にんじん,ニラ,りんご,もも缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ビーチマフィン(卵除去)</p>	<p>10 カレーライス(ポーク) おからサラダ ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】豚かた肉,豚レバー,おから,竹輪,ソファール,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,マヨドレ,はちや棒 【緑】たまねぎ,にんじん,きゅうり,コーン,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 はちや棒 バナナ</p>	<p>11 中華丼 みそ汁(麩,ワカメ) 小松菜の和え物(おかか) オレンジ</p> <p><small>【赤】豚かた肉,赤肉,EM牛乳,しらす 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,焼きふ 【緑】はくさい,にんじん,しいたけ,ピーマン,ワカメ,根深ねぎ,こまつな,りょうとうもろやし,オレンジ,えだまめ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ゆかりおにぎり(しらす)</p>
<p>13 あわご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】ゆし豆腐,牛かた肉,ローズグリーンピース,EM牛乳,チチュルチーズ,牛乳,チーズ 【黄】精白米,あわ精白粒,油,じゃが芋,こんにやく,きび砂糖,薄力粉 【緑】ネギ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,ワカメ,レモン,バナナ,ほうれん草</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>14 お弁当</p> <p><small>【赤】EM酪農牛乳 【黄】クリームパン 【緑】</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 クリームパン</p>	<p>15 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも,玉ねぎ) わかさぎのオランダ揚げ 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) デコポン</p> <p><small>【赤】わかさぎ,チーズ,豆乳,豚かた肉,EM牛乳,きな粉,いか,くん製 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,薄力粉,油,くずでん粉,黒砂糖 【緑】たまねぎ,ネギ,にんじん,パセリ,キャベツ,ピーマン,りょうとうもろやし,タンゴール</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 黒糖くずもち するめ</p>	<p>16 麦ご飯 みそ汁(かぶ) チキン照り焼き れんこんのゴママヨサラダ りんご</p> <p><small>【赤】成鶏,もも,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,ごま,マヨドレ,きび砂糖,食パン 【緑】かぶ,かぶ,葉,根深ねぎ,しょうが,にんにく,れんこん,にんじん,さやいんげん,りんご,ジャム</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ジャムパン(食パン)</p>	<p>17 麦ご飯 お誕生会 お誕生会 チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,まぐろ缶,型抜きチーズ10鉄分,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,スパゲティ麺,油,ごまきび砂糖,食パン 【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,いちご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 お誕生日ケーキ</p>	<p>18 麦ご飯 みそ汁(白菜,しいたけ) 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリ(シラス) パイン缶</p> <p><small>【赤】豚肉,しらす,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,ごま油,さつま芋,バター,きび砂糖,ゴマ(黒) 【緑】はくさい,しいたけ,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,しょうが,にんじん,ネギ,パインアップル缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スイートポテト</p>
<p>20 クファージュシー さつま汁 きゅうりともやしの和え物 シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】豚肉,若鶏,もも,ツナ缶 【黄】精白米,油,さつま芋,こんにやく,シークワサーゼリー,カルゲン,マヨドレ 【緑】にんじん,昆布,ネギ,大根,根深ねぎ,きゅうり,りょうとうもろやし,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) ツナマヨおにぎり</p>	<p style="text-align: center;">春分の日</p> <div style="text-align: center;"> </div>	<p>22 麦ご飯 すまし汁(小松菜,しめじ) ごぼうと牛肉のみそ煮 マカロニサラダ パイン缶</p> <p><small>【赤】牛かた肉,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,おし麦,こんにやく,きび砂糖,スパゲティ麺,マヨドレ,薄力粉,油,ごま 【緑】こまつな,しめじ,ごぼう,にんじん,しょうが,きゅうり,干しぶどう,パインアップル缶</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 サーターアングーギー</p>	<p>23 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ,水菜) 鮭の塩麹焼き 野菜炒め(ブロッコリー) みかん</p> <p><small>【赤】生揚げ,しらす,豚肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,もち米,きび砂糖 【緑】きょうな,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 きなこおはぎ(あん)</p>	<p>24 麦ご飯 ビーフシチュー フルーツサラダ 味付小魚</p> <p><small>【赤】牛かた肉,豚レバー,クリームヨーグルト,ゴマなしミニフィッシュ,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,薄力粉,バター,かりんとう 【緑】にんじん,たまねぎ,しめじ,ピーマン,みかん,バナナ,干しぶどう,スイートコーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう 茹でコーン</p>	<p>25 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) ポーケチャップ かぼちゃ含め煮 バナナ</p> <p><small>【赤】豚かた肉,赤肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,スパゲティ麺,黒砂糖 【緑】キャベツ,えのき,たまねぎ,にんじん,ピーマン,かぼちゃ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 マカロニきな粉</p>
<p>27 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 清見みかん</p> <p><small>【赤】納豆,油揚げ,豚かた肉,EM牛乳,豆腐,豆乳,赤イクラ,クリーム,植物性脂肪 【黄】精白米,おし麦,油,米粉,きび砂糖,粉糖 【緑】はくさい,根深ねぎ,大根,にんじん,さやいんげん,タンゴール</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 カップケーキ(ココア)</p>	<p>28 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,さつま芋) ハンバーグ(アレルギー対応) スパゲティサラダ ブルーベリー</p> <p><small>【赤】牛かた肉,豚ひき肉,豚肉,沖縄豆腐,まぐろ缶 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,じゃが芋,油,スパゲティ麺,マヨドレ,ロールパン 【緑】キャベツ,たまねぎ,にんじん,きゅうり,干しぶどう,ブルーベリー,コーン</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(ブレン)80 ツナサンド</p>	<p>29 麦ご飯 みそ汁(なす,厚揚げ) 鯖の香味焼き クービーイリチー りんご</p> <p><small>【赤】生揚げ,さば,豚かた肉,カマボコ,EM牛乳,豚肉 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,こんにやく,油,うどん 【緑】ナス,ショウガ,にんにく,昆布,しいたけ,にんじん,りんご,たまねぎ,からしな</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 カレーうどん</p>	<p>30 親子丼 すまし汁(しめじ,えのき,水菜) なます あまなつ</p> <p><small>【赤】鶏肉,鶏卵,EM牛乳,豆乳 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,米粉 【緑】にんじん,たまねぎ,ピーマン,根深ねぎ,しめじ,えのき,こまつな,大根,なつみかん,かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かぼちゃポロ</p>	<p>31 麦ご飯 マーボー豆腐 コーンスープ(キャベツ) きゅうり竹輪 みかん</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,竹輪,みどり調整豆乳,ツナ缶 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,ごま油,油 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,ニラ,コーン,キャベツ,きゅうり,温州みかん,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 みそおにぎり</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