
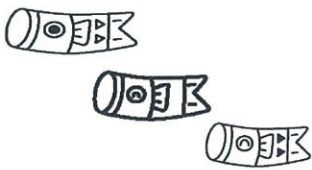



予定献立表

2023年5月分

オリーブ保育園

月	火	水	木	金	土
1 ふりかけご飯 みそ汁(山東菜,えのき) 高野豆腐と野菜のうま煮 きゅうりの塩昆布あえ パン缶 【赤】凍り豆腐,豚かた肉,EM牛乳,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】さんとうさい,えのき,キャベツ,にんじん,たまねぎ,きゅうり,塩昆布,パンアップル缶,ほうれんそう EM酪農牛乳 スコーン(ほうれん草,チーズ)	2 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,しめじ) チキンマレード煮 アスパラソテー りんご 【赤】成鶏・もも,豚かた肉,EM牛乳,豆乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,油,くずでん粉,きび砂糖 【緑】チンゲンサイ,しめじ,オレシ・マレード,アスパラガス,たけのこ水煮缶,にんじん,りんご EM酪農牛乳 豆乳のくずもち	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 マーボー豆腐丼 ナムル 飲む野菜と果実 【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,鶏ささ身,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,こら,ほうれんそう,りょくとうもやし,きゅうり,味付けのり 麦茶 みそおにぎり
8 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ,油揚げ) ゴーヤーチャンプルー ウィンナー バナナ 【赤】油揚げ,沖縄豆腐,豚肉,ウィンナー,EM牛乳 【黄】精白米,あわ精白粒,油,さつま芋,バター,きび砂糖 【緑】かぼちゃ,根深ねぎ,たまねぎ,にんじん,ニガウリ,バナナ,オレンジ,パレシア・ストレートジュース EM酪農牛乳 さつま芋のオレンジ煮	9 お弁当 【赤】EM牛乳 【黄】クリームパン 【緑】	10 スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ 粉ふきいも(青のり) りんご 【赤】ウィンナー,豚かた肉,EM牛乳,しらす 【黄】スパゲティ麺,オリーブ油,じゃが芋,精白米,ごま油,きび砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,トマト,ピーマン,はくさい,あおのり,りんご,にんじん,ひじき EM酪農牛乳 じゃこひじきおにぎり	11 麦ご飯 みそ汁(なす) 魚フライタルタルソース ブロッコリーソテー オレンジ 【赤】しいら,豆乳,鶏卵,豚かた肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,パン粉,油,マヨドレ,油,スパゲティ麺,黒砂糖 【緑】ナス,ワカメ,ネギ,たまねぎ,きゅうり,赤ピーマン,ブロッコリー,にんじん,コーン,オレンジ EM酪農牛乳 マカロニきな粉	12 カレーライス(チキン) おからサラダ バナナ 【赤】鶏肉,鶏レバー,おから,竹輪,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油,マヨドレ,はちや棒 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,きゅうり,コーン,バナナ,ブルー EM酪農牛乳 はちや棒 プルーン	13 麦ご飯 みそ汁(冬瓜,油揚げ) 豚肉とチンゲン菜の炒め物 フルーツサラダ 【赤】油揚げ,豚肉,ヨーグルト,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,はるさめ,ごま油,玄米フレーク,油,マシュマロ 【緑】とうがん,ネギ,チンゲンサイ,しょうが,たまねぎ,にんじん,しいたけ,みかん,バナナ,干しぶどう EM酪農牛乳 玄米フレークスナック
15 そぼろ丼 みそ汁(白菜,麩) 切り干し大根サラダ ソフール元気ヨーグルト 【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,鶏卵,まぐろ,缶詰,ソフール 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,ふ,ごま 【緑】ほうれんそう,はくさい,切り干し大根,きゅうり,にんじん,味付けのり 麦茶 わかめおにぎり	16 ふりかけご飯 みそ汁(青菜,厚揚げ) きびなご唐揚げ 白菜サラダ あまなつ 【赤】生揚げ,スルメ,小,EM牛乳,牛乳 【黄】精白米,おし麦,薄力粉,油,きび砂糖,油,強力粉,黒砂糖 【緑】こまつな,はくさい,りんご,きゅうり,にんじん,なつみかん,干しぶどう EM酪農牛乳 黒糖カステラ	17 麦ご飯 すまし汁(絹ごし,青菜) 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃサラダ りんご 【赤】豆腐,しろさげ,EM牛乳,さば缶詰 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,じゃが芋,マヨドレ,そうめん 【緑】こまつな,たまねぎ,キャベツ,しめじ,かぼちゃ,きゅうり,りんご,にんじん,ネギ EM酪農牛乳 ソーメンタシャ	18 麦ご飯 みそ汁(ほうれん草,油揚げ) ポークのアップルソース 野菜炒め(キャベツ,たまねぎ) バナナ 【赤】油揚げ,豚かた肉,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,油,食パン 【緑】ほうれんそう,りんご,キャベツ,たまねぎ,にんじん,バナナ,イチゴジャム EM酪農牛乳 ジャムパン(食パン)	19 キッズビビンバ みそ汁(大根,ワカメ) かぼちゃ含め煮 シークワサーゼリー 【赤】豚肉,みどり調整豆乳 【黄】精白米,おし麦,ごま油,きび砂糖,ごま,シークワサーゼリー,ケーキ 【緑】にんにく,しょうが,たけのこ水煮缶,しいたけ,にんじん,りょくとうもやし,ほうれんそう,大根,ワカメ,かぼちゃ EM酪農牛乳 お誕生ケーキ	20 沖縄そば(肉入り) 磯部和え オレンジ 【赤】豚肉,カマボコ,EM牛乳,挽きわり納豆,豚ひき肉,型抜きチーズ10鉄分 【黄】沖縄そば,きび砂糖,精白米 【緑】なが昆布,にんじん,ネギ,こまつな,りょくとうもやし,焼きのり,オレンジ EM酪農牛乳 納豆みそおにぎり チーズ10鉄分入り
22 あわご飯 みそ汁(小松菜,しめじ) 豚肉のしょうが焼き スティックキュウリ パン缶 【赤】豚肉,EM牛乳,鶏卵 【黄】精白米,あわ精白粒,油,薄力粉,バター,きび砂糖 【緑】こまつな,しめじ,ネギ,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,しょうが,きゅうり,パンアップル缶,ニガウリ,バナナ EM酪農牛乳 若夏ケーキ	23 麦ご飯 みそ汁(キャベツ,えのき) 鯖の香味焼き ひじき炒め チーズ10鉄分入り 【赤】さば,生,豚肉,大豆,型抜きチーズ10鉄分,ジョア,油揚げ 【黄】精白米,おし麦,きび砂糖,こんにやく,しらたき,油,ごま 【緑】キャベツ,えのき,ショウガ,にんにく,ひじき,にんじん,さやいんげん ジョア(マスカット)80 きつねおにぎり	24 クファージュシー ゆし豆腐(アーサ) 鶏と野菜の煮物 バナナ 【赤】豚肉,ゆし豆腐,若鶏・もも,みどり調整豆乳,きな粉 【黄】精白米,油,食パン,きび砂糖,バター 【緑】にんじん,昆布,ネギ,あおさ,とうがん,さやいんげん,バナナ みどり調整豆乳 きな粉ラスク	25 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜,麩) トンカツ なます りんご 【赤】豚赤肉,豆乳,EM牛乳 【黄】精白米,おし麦,ふ,薄力粉,パン粉,乾燥油,きび砂糖,さつま芋,バター 【緑】チンゲンサイ,大根,にんじん,りんご EM酪農牛乳 キャラメルポテト	26 ロールパン チキンチャウダー 小松菜の和え物(おおか) フルーツゼリー(巨峰) 【赤】若鶏・もも,牛乳,クリーム,グリーンピース,ツナ缶 【黄】ロールパン,じゃが芋,オリーブ油,バター,薄力粉,精白米,マヨドレ 【緑】たまねぎ,にんじん,セロリ,こまつな,りょくとうもやし,味付けのり 麦茶 ツナマヨおにぎり	27 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ,ねぎ) 八宝菜 土佐和え 味付小魚 【赤】生揚げ,豚かた肉,ゴマなしミニフィッシュ,EM牛乳,ナチュラルチーズ・クリーム,牛乳,チーズ 【黄】精白米,おし麦,油,きび砂糖,薄力粉 【緑】ネギ,はくさい,にんじん,たまねぎ,しいたけ,たけのこ水煮缶,ピーマン,きくらげ,きゅうり,ほうれんそう EM酪農牛乳 チーズ蒸しパン
29 納豆ごはん ちむしんじ パイパイリチー バナナ 【赤】納豆,豚かた肉,豚レバー,まぐろ缶詰,しらす 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,油 【緑】にんじん,ネギ,にんにく,パイア,ニラ,バナナ,えだまめ 飲む野菜と果実 ゆかりおにぎり(しらす)	30 麦ご飯 すまし汁(ほうれん草,竹輪) 魚ハンバーグ スパゲティサラダ パン缶 【赤】竹輪,シダケ,クック,鶏ひき肉,豆乳,まぐろ,缶詰,EM牛乳,木綿豆腐 【黄】精白米,おし麦,油,パン粉,スパゲティ麺,マヨドレ,ホットケーキ,ゴマ(黒),ごま 【緑】ほうれんそう,たまねぎ,にんじん,きゅうり,干しぶどう,パンアップル缶 EM酪農牛乳 ごまごま豆腐パン	31 麦ご飯 みそ汁(山東菜,豆腐) ハニースパイシーチキン 野菜炒め(キャベツ,ピーマン) 清見みかん 【赤】沖縄豆腐,成鶏・もも,豚かた肉,EM牛乳,きな粉 【黄】精白米,おし麦,はちみつ,油,もち米,きび砂糖 【緑】さんとうさい,にんにく,キャベツ,にんじん,ピーマン,りょくとうもやし,タンゴール EM酪農牛乳 きなおはぎ	<p>《5月5日は端午の節句》</p> <p>端午の節句は子どもの健やかな成長と厄除けを願う行事で、柏餅やちまきを食べる風習があります。柏の葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから子孫繁栄の願いが込められています。ちまきは笹の葉などで餅などを三角形に巻いたものです。</p> <p>二千年以上前に中国で生まれ、日本に伝わってきました。危険から身を守るという意味があります。</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・ガニ・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