





# 予 定 献 立 表

2023年12月分

オリーブ保育園

月	火	水	木	金	土
 <p style="text-align: center;">冬至</p>			 <p style="text-align: center;">クリスマス</p>		 <p style="text-align: center;">おせち料理</p>
<p>1 2月はクリスマスや年末年始とうれしい行事が目白押しです。それぞれの行事にまつわる食についても、由来や作り方などを子どもたちに伝えながら楽しみたいものです。また、寒くなって、風邪をひきやすい季節です。旬の野菜や果物を食べて、元気に過ごしましょう🍀</p>					
<p>4 あわご飯 みそ汁(チンゲン菜・えのき) チキンマレード煮 野菜炒め(キャベツ・たまねぎ) みかん</p> <p><small>【赤】鶏・手羽肉、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、薄力粉、きび砂糖、はちみつ、さつま芋 【緑】チンゲンサイ、えのき、オレンジ、マレード、キャベツ、たまねぎ、にんじん、温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 さつまいも蒸しカップ</p>	<p>5 麦ご飯 みそ汁(小松菜・ちくわ) 鮭の塩麹焼き ブロッコリーソテー バナナ</p> <p><small>【赤】竹輪、しるさげ、豚かた肉、鶏肉、グリーンピース 【黄】精白米、おし麦、油、カルゲン、バター 【緑】こまつな、ブロッコリー、にんじん、コーン、バナナ、たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">Ca飲料(リンゴ) ジャワライス</p>	<p>6 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ・ねぎ) 筑前煮 モズク酢(みかん)</p> <p><small>【赤】生揚げ、若鶏、もも、EM牛乳、しらすずチーズ 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、食パン、マヨドレ 【緑】ネギ、にんじん、ごぼう、たけのこ、しいたけ、さやいんげん、沖縄もずく、きゅうり、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 じゃこトースト</p>	<p>7 ふりかけご飯 豚汁 麩チャンプルー りんご</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、しらたき、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、りょうとうもやし、りんご、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>8 マーボー豆腐丼 すまし汁(大根・わかめ・ねぎ) マカロニサラダ シークワサーゼリー</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、まぐろ、缶詰 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、ごま油、スパゲティ麺、マヨドレ、シークワサーゼリー 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、しょうが、ニラ、大根、ワカメ、ネギ、きゅうり、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 かりんとう パナナ 麦茶 わかめおにぎり</p>	<p>9 チキン照り焼き丼 みそ汁(白菜・麩) キャベツサラダ チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】鶏、もも、型抜きチーズ10鉄分、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、ふ、きび砂糖、さつま芋、バター 【緑】たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、しょうが、はくさい、キャベツ、みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 キャラメルポテト</p>
<p>11 あわご飯 みそ汁(キャベツ・油揚げ) ポークケチャップ かぼちゃ含め煮 パン缶</p> <p><small>【赤】油揚げ、豚かた肉、赤肉、EM牛乳、まぐろ、缶詰 【黄】精白米、あわ精白粒、油、ロールパン、マヨドレ 【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、かぼちゃ、リンアッブル、缶コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ツナサンド</p>	<p>12 お弁当会</p> <p><small>【赤】EM牛乳 【黄】パン 【緑】</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 クリームパン</p>	<p>13 麦ご飯 みそ汁(山東菜・しめじ) さばのおろし煮 いんげんソテー バナナ</p> <p><small>【赤】さば、豚肉、しらすず 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、ごま 【緑】さんとうさい、しめじ、しょうが、大根、さやいんげん、にんじん、バナナ、にんじん、ひじき</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 じゃこひじきおにぎり</p>	<p>14 麦ご飯 みそ汁(えのき・わかめ) ハンバーグ(アレルギー対応) れんこんのゴママヨサラダ 柿</p> <p><small>【赤】牛、ひき肉、豚ひき肉、沖縄豆腐、EM牛乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、ごま、マヨドレ、きび砂糖、スパゲティ麺、黒砂糖 【緑】えのき、わかめ、たまねぎ、れんこん、にんじん、さやいんげん、かき</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 マカロニきな粉</p>	<p>15 カレーライス(魚) 切り干し大根サラダ フルーツゼリー(巨峰)</p> <p><small>【赤】キングクリップ、豚かた肉、赤肉、鶏レバー、脱脂粉乳、まぐろ、缶詰、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、ごま、きび砂糖、油、薄力粉、炭酸飲料、サイダー、黒砂糖 【緑】にんじん、たまねぎ、にんにく、ピーマン、大根、切り干し大根、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 そべポーポー(卵なし)</p>	<p>16 クリスマスおゆうぎ会</p> <p><small>【赤】 【黄】 【緑】</small></p>
<p>18 納豆ごはん イナムドチ パパイアイリチー バナナ</p> <p><small>【赤】納豆、豚かた肉、カマボコ、まぐろ、缶詰、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、こんにやく、油、きび砂糖、薄力粉 【緑】大根、しいたけ、パパイア、にんじん、ニラ、バナナ、ほうろく、さとう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>19 麦ご飯 すまし汁(白菜・トマト) 魚の味噌照り焼き 生クレープイリチー 会柿</p> <p><small>【赤】あこうだい、豚かた肉、カマボコ、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、こんにやく、ケーキ 【緑】はくさい、トマト、ワカメ、ショウガ、昆布、しいたけ、にんじん、かき</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 お誕生ケーキ</p>	<p>20 二色丼 みそ汁(キャベツ・ふ) 大根の甘酢和え りんご</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉、鶏レバー、鶏卵、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、焼きふ、観世ふ、さつま芋、バター 【緑】キャベツ、ネギ、大根、りんご、オレンジ、パルシア、ストレンジューズ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 さつま芋のオレンジ煮</p>	<p>21 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) レバーの炒め物 スパゲティサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】豚レバー、豚かた肉、まぐろ、缶詰、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、きび砂糖、スパゲティ麺、マヨドレ、はちや棒 【緑】たまねぎ、ネギ、にんにく、にんじん、りょうとうもやし、りょうとうもやし、干しぶどう、オレンジ、温州みかん</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 はちや棒 みかん</p>	<p>22 ロールパン かぼちゃと豆のシチュー 冬ブロッコリーの和え物 至バナナ</p> <p><small>【赤】成鶏、もね、大豆、牛乳、クリーム、植物性脂肪、ジョア、豚かた肉 【黄】ロールパン、油、薄力粉、バター、精白米、田芋 【緑】かぼちゃ、生にんじん、たまねぎ、さやいんげん、ブロッコリー、トマト、バナナ、しいたけ、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">ジョア(マスカット)80 トウンジージュシー</p>	<p>23 チキンピラフ アーサ汁 ポテトサラダ プルーン</p> <p><small>【赤】若鶏、もも、グリーンピース、豆腐、EM牛乳、豆乳、ツナ缶 【黄】精白米、油、じゃが芋、マヨドレ、薄力粉 【緑】たまねぎ、にんじん、にんにく、あおさ、にんじん、きゅうり、コーン、プルーン、沖縄もずく、ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 もずく入りひらやちー</p>
<p>25 麦ご飯 みそ汁(チンゲン菜・油揚げ) もみの木ハンバーグ きんぴら風煮(れんこん) クリスマスゼリー</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、型抜きチーズ10鉄分、EM牛乳、豆腐、豆乳、ホイップクリーム、植物性脂肪 【黄】精白米、あわ精白粒、油、米粉、きび砂糖、粉糖、ゼリー 【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、きゅうり</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 カップケーキ(ココア)</p>	<p>26 あわご飯 みそ汁(かぼちゃ・しめじ) なすの挽き肉炒め 土佐和え チーズ10鉄分入り</p> <p><small>【赤】油揚げ、沖縄豆腐、ツナ缶、豆乳、豚ひき肉、みどり調整豆乳、鮭フレーク 【黄】精白米、おし麦、パン粉、油 【緑】チンゲンサイ、ネギ、にんじん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、こまつな、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 青菜おにぎり(鮭)</p>	<p>27 麦ご飯 みそ汁(レタス・トマト・ワカメ) 鯖の香味焼き キャベツのゴマ和え バナナ</p> <p><small>【赤】さば、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、ごま、油、ホットケーキ、ゴマ 【緑】レタス、トマト、ワカメ、ショウガ、にんにく、キャベツ、コーン、にんじん、きゅうり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 セサミスティック</p>	<p>28 親子丼 おからサラダ りんご</p> <p><small>【赤】鶏肉、鶏卵、おから、竹輪 【黄】精白米、おし麦、油、マヨドレ 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、根深ねぎ、きゅうり、コーン、りんご、梅干し、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">きになる野菜(アッブル&amp;キャロット) 梅おかかおにぎり</p>	 <p style="text-align: center;">年越しそば</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