

# 予 定 献 立 表

2019年5月分

月	火	水	木	金	土	
 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>こどものお弁当</b> </div> 		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>即位の日</b> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>国民の祝日</b> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>憲法記念日</b> </div> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>みどりの日</b> </div> 	
<p>愛情いっぱいのお弁当箱を開けると、子どもたちは本当にうれしそうです。お弁当を準備するときは、子どもの好きなものを取り入れながら、食べきれぬ量を意識しましょう。ごはん：主菜：副菜＝3：1：2の分量で盛り付けると栄養バランスがと整います。</p>						
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>振替休日</b> </div> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>ふりかけご飯</b>                      豚汁(豚肉、大根、長ネギ)                      しそ入り卵焼き                      ひじきサラダ                      パナナ(30g)                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>グリーンピースご飯</b>                      チキンカレー                      切り干し大根サラダ                      チーズで鉄                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>ご飯</b>                      みそ汁(ジャガイモ・玉ねぎ)                      鮭の照り焼き                      インゲンの白和え                      プルーン                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>ご飯</b>                      みそ汁(大根・ねぎ)                      豆腐ハンバーグ                      小松菜とコーンのゴマ和え                      パイン                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>ご飯</b>                      春雨スープ(はるさめ、人参)                      キスの天ぷら                      ブロッコリーのおかか和え                      パナナ                 </div>	
	<p>【赤】豚肉、しらす、チーズ、EM牛乳、豆乳、きな粉                      【黄】胚芽米、さといも、こんにやく、ごま油、わか、砂糖                      【緑】大根、ごぼう、にんじん、根深ねぎ、ネギ、バナナ</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 豆乳のくずもち</p>	<p>【赤】豚ひき肉、豚レバー、チーズ、しらす                      【黄】スパゲティ麺、バター、じゃが芋、胚芽米、ごま、むき、三温糖                      【緑】にんじん、たまねぎ、しいたけ、コーン、はくさい、あおのり、素干し、にんじん、ひじき</p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 煮干し佃煮</p>	<p>【赤】しろさげ、みどり調整豆乳、鶏卵                      【黄】胚芽米、三温糖、くるみ、いり                      【緑】大根、ワカメ、ネギ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、かぼちゃ、りんご、にんじん</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 人参ケーキ</p>	<p>【赤】豚レバー、鶏卵、しらす、油揚げ、かたくちいわし、煮干し                      【黄】胚芽米、ごま、砂糖、三温糖                      【緑】かぼちゃ、しめじ、ネギ、にんにく、こまつな、コーン、びわ</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 シリアルクッキー</p>	<p>【赤】成鶏・もも、豚ひき肉、EM牛乳、ツナ缶                      【黄】胚芽米、はちみつ                      【緑】しめじ、えのき、きょうな・葉、にんにく、にんじん、りょくとうもやし、ブロッコリー、バナナ、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">麦茶 じゃこひじきおにぎり</p>	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>13 ご飯</b>                      みそ汁(白菜、油揚げ)                      肉じゃが                      紅白なます                      チーズでカルシウム                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>14 ロールパン</b>                      かぼちゃシチュー                      フルーツサラダ                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>15 納豆ご飯</b>                      みそ汁(ジャガイモ・ねぎ)                      サバの塩焼き                      きんぴら風煮(いんげん)                      パナナ                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>16 誕生会</b>                      ~お弁当日~                 </div>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>18 沖縄そば</b>                      磯部和え                      りんご                 </div>	
<p>【赤】油揚げ、牛肉、グリーンピース、EM牛乳、牛乳                      【黄】胚芽米、じゃが芋、三温糖、強力粉、黒砂糖、ごま、乾                      【緑】はくさい、ネギ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、干しぶどう</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 アガラサー(黒糖蒸しパン)</p>	<p>【赤】牛肉、豚レバー、クリーム、まぐろ缶詰、EM牛乳                      【黄】パン、じゃが芋、バター、ごま、三温糖、ビスケット                      【緑】にんじん、たまねぎ、しめじ、さやいんげん、大根、切り干し大根、きゅうり、オレンジ、スイートコーン</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 スイートポテト</p>	<p>【赤】さば・生、鶏ひき肉、豚肉                      【黄】胚芽米、ピーマン、ごま油、三温糖                      【緑】ほうれんそう・葉、大根、にんじん、ごぼう、さやいんげん、りんご、たまねぎ、キャベツ、赤ピーマン</p> <p style="text-align: center;">あんぱん(野菜とリンゴ) みそおにぎり</p>	<p style="text-align: center;">酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>		<p>【赤】グリーンピース、鶏肉、鶏レバー、ヨーグルト、調整豆乳                      【黄】胚芽米、じゃが芋、バター、食パン                      【緑】たまねぎ、にんじん、ピーマン、みかん、バナナ、干しぶどう、いちご・ジャム</p> <p style="text-align: center;">フルーツ豆乳 ポロポロージュシー</p>	<p>【赤】豚肉、マホコ、鶏卵、EM牛乳、豚ひき肉                      【黄】沖縄そば、砂糖、胚芽米、三温糖                      【緑】ネギ、こまつな、りょくとうもやし、にんじん、焼きのり、バナナ</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 野菜かき揚げ</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>20 ご飯</b>                      みそ汁(とうがん、みずな)                      クービーリチャー                      マカロニサラダ                      ミゼリー(白桃)                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>21 麦ご飯</b>                      アーサ汁(あおさ、絹豆腐)                      鮭のごま味噌焼き                      野菜炒め(人参ピーマン)                      りんご                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>22 クファージュシー</b>                      みそ汁(ほうれん草・えのき)                      にんじんしりしり                      パイン                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>23 ご飯</b>                      マーボー豆腐                      ナムル                      パナナ                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>24 ご飯</b>                      みそ汁(山東菜・しめじ)                      魚フライタルタルソース                      トマトサラダ(きゅうり)                      オレンジ                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>25 ご飯</b>                      みそ汁(えのきわかめ)                      チキン照り焼き                      野菜炒め(キャベツ、いんげん)                      プルーン                 </div>	
<p>【赤】沖縄豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、牛乳、チーズ                      【黄】胚芽米、さつま芋                      【緑】ネギ、からし、にんじん、しそ・葉</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ココアクッキーバー</p>	<p>【赤】しろさげ、ツナ缶、さくらえび、素干し、チーズ                      【黄】胚芽米、ごま、砂糖、ごま油                      【緑】大根、ワカメ、ネギ、にんじん、ピーマン、キャベツ、りんご、こまつな</p> <p style="text-align: center;">麦茶 ピラフおにぎり</p>	<p>【赤】豚肉、若鶏・もも、EM牛乳、鶏卵、脱脂粉乳                      【黄】胚芽米、ふ、バター、砂糖、くるみ、いり                      【緑】にんじん、昆布、ネギ、ほうれんそう・葉、大根、しいたけ、パインアップル・缶</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 もずく入りヒラヤーチー</p>	<p>【赤】沖縄豆腐、豚ひき肉、豚レバー、鶏ささ身、EM牛乳                      【黄】胚芽米、砂糖、ごま油、さつま芋、黒砂糖                      【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・葉、りょくとうもやし、きゅうり、バナナ</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 焼き芋 ミゼリー</p>	<p>【赤】キングクリップ、鶏卵、ツナ缶                      【黄】胚芽米、三温糖、オリーブ油                      【緑】さんとうさい・葉、しめじ、ピクルス、たまねぎ、トマト、きゅうり、ワカメ、にんじん、沖縄もずく、ニラ、プルーン</p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 ジャムパン</p>	<p>【赤】成鶏・もも・生、豚肉、EM牛乳、きな粉                      【黄】胚芽米、フランスパン、砂糖、バター                      【緑】えのき、ワカメ、ネギ、根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ、アスパラガス、りょくとうもやし、オレンジ</p> <p style="text-align: center;">麦茶 青菜おにぎり</p>	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>27 ふりかけご飯</b>                      イナムドウチ                      高野豆腐のうま煮                      青りんごゼリー                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>28 ご飯</b>                      ゆし豆腐(ねぎ)                      松風焼き                      野菜炒め(もやし・ピーマン・キャベツ)                      ぶどう                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>29 ご飯</b>                      ドライカレー                      かぼちゃサラダ                      ゴマなしミニフィッシュ                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>30 ご飯</b>                      みそ汁(厚揚げ、ワカメ)                      チューリップの甘酢煮                      ブロッコリーサラダ                      パナナ                 </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>31 納豆みそごはん</b>                      ソーメン汁                      千切りイリチャー                      ミゼリー(グレープ)                 </div>		
<p>【赤】沖縄豆腐、鶏ひき肉、鶏卵、牛乳、チーズ                      【黄】胚芽米、こんにやく、しらたき、三温糖、砂糖                      【緑】えのき、とうがん、ネギ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、沖縄もずく、きゅうり、ほうれんそう、トマト</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 チーズ蒸しパン</p>	<p>【赤】ゆし豆腐、さば、豚肉、EM牛乳                      【黄】胚芽米、三温糖                      【緑】ネギ、しょうが、大根、にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、ピーマン、パインアップル・缶、えだまめ</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 はちや棒 枝豆</p>	<p>【赤】豚肉、みどり調整豆乳、ウインナー                      【黄】胚芽米、おし麦、三温糖、じゃが芋、パン                      【緑】はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、たけのこ、ピーマン、かぼちゃ、きゅうり</p> <p style="text-align: center;">Newヤクルト ソーメンタシャー</p>	<p>【赤】しろさげ、しらす、かたくちいわし、煮干し                      【黄】胚芽米、じゃが芋、コーンフレーク、砂糖                      【緑】チンゲンサイ、ブロッコリー、にんじん、バナナ、味付けのり</p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり</p>	<p>【赤】豚ひき肉、豚肉、マホコ、EM牛乳                      【黄】胚芽米、三温糖、こんにやく、さつま芋、黒砂糖                      【緑】ネギ、こまつな、しめじ、大根、切り干し大根、にんじん、しいたけ、りんご</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ふむふむ</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。

※主食の米は“金芽米”、調味料の食塩は“栗国の塩”を使用しています。

≪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・キウイ・牛肉・くるみ・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・ごま・カシューナッツ

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生