

予 定 献 立 表

2020年5月分

美ら里保育園

月	火	水	木	金	土	
<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。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> <div style="text-align: center;">  </div>				<p>1 ご飯 春雨スープ(春雨,白菜,ねぎ) 豆腐ハンバーグ 大根の炒め煮 ミルクゼリー</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐,豚肉,牛乳,ハム,チーズ 【黄】精白米,食パン,はるさめ 【緑】だいこん,にんじん,さやいんげん,はくさい,ネギ,ピーマン,とうもろこし</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ピザトースト</p>	<p>2 あわご飯 みそ汁(玉ねぎ,人参,青菜) キスの天ぷら ブロッコリーサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】ぎす,ローズハム 【黄】精白米,もちきび,薄力粉 【緑】たまねぎ,にんじん,ブロッコリー,オレンジ,味付のり,トマト</small></p> <p style="text-align: center;">野菜ジュース 梅おにぎり</p>	
<p>4 みどりの日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>5 こどもの日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>6 振替休日</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>7 あわご飯 鶏と野菜のあんかけ丼 みそ汁(じゃが芋,わかめ) 白和え(いんげん,人参) パイン缶</p> <p><small>【赤】鶏・もも,豆腐,牛乳 【黄】精白米,もちきび,じゃがいも,えだまめ,黒糖,薄力粉 【緑】いんげん,にんじん,わかめ,はくさい,たまねぎ,ピーマン,パインアップル缶,しめじ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 えだまめ タンナファークルー</p>	<p>8 ふりかけご飯 豚汁 にんじんしりしり りんご</p> <p><small>【赤】豚肉,牛乳,鶏卵,サバ 【黄】精白米,ごま油,ごまこんにやく,さといも 【緑】だいこん,にんじん,ニラ,りんご,ごぼう,根深ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 サバご飯のおにぎり</p>	<p>9 カレーうどん もやしときゅうりの酢の物 ヨーグルト</p> <p><small>【赤】鶏・もも,牛乳,豆乳,ツナ缶,牛乳,ヨーグルト 【黄】薄力粉,砂糖 【緑】たまねぎ,にんじん,ネギ,きゅうり,もやし,しいたけ,わかめ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 お米de国産豆乳プリンタルト</p>	
<p>11 ご飯 みそ汁(厚揚げ,水菜) 千切りイリチャー かぼちゃサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】生揚げ,豚肉,チーズ,豆乳 【黄】精白米,さつま芋,かぼちゃ,じゃがいも,こんにやく,バナナ 【緑】だいこん,にんじん,しいたけ,ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 焼き芋 チーズで鉄</p>	<p>12 麦ご飯 中華スープ(長ねぎ,卵) 鮭のごまみそ焼き ひじき炒め プチトマト ミニゼリー</p> <p><small>【赤】しるさげ,牛乳,鶏卵,油揚げ,豚ひき肉 【黄】精白米,おし麦,バター,薄力粉,砂糖,ゴマ,ごま油 【緑】ひじき,にんじん,いんげん,トマト根,深ネギ,カイワレ大根,ブロッコリー,たまねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 クリームリゾット</p>	<p>13 あわご飯 みそ汁(小松菜,しめじ) トンカツ キャベツの塩昆布和え オレンジ</p> <p><small>【赤】豚ひれ肉,ツナ缶,鶏卵,牛乳 【黄】胚芽米,もちきび,薄力粉,パン粉 【緑】にんじん,こまつな,しめじ,キャベツ,きゅうり,コンブ,オレンジ,もずく,ニラ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 もずく入りひらやちー</p>	<p>14 麦ご飯 スタミナカレー おからサラダ ぶどう</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,おから,かまぼこ,豚レバー 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,べに芋,みかん缶,パイン缶,砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,きゅうり,インゲン,トマトぶどう,しょうが,にんにく</small></p> <p style="text-align: center;">フルーツカクテル 紅芋チップス</p>	<p>15 納豆ごはん ソーメン汁 ゴーヤーチャンプルー 茹でコーン</p> <p><small>【赤】納豆,豚肉,沖縄豆腐,牛乳 【黄】精白米,そうめん,さつま芋,三温糖 【緑】にんじん,にがうり,ネギ,もやし,きょうな,とうもろこし</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 キャラメルポテト</p>	<p>16 ご飯 みそ汁(冬瓜,山東菜) 肉じゃが きゅうりの梅和え チーズで鉄</p> <p><small>【赤】牛肉,牛乳,チーズ 【黄】精白米,じゃが芋,黒糖,三温糖,薄力粉,しらたき,グリーンピース 【緑】たまねぎ,にんじん,きゅうり,とうがん,さんとうさい</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 アガラサー</p>	
<p>18 麦ご飯 みそ汁(じゃが芋,わかめ) チキンのケチャップ煮 チンゲン菜の和え物 すいか</p> <p><small>【赤】鶏・手羽,煮干し,油揚げ 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋, 【緑】わかめ,ちんげんさい,もやし,にんじん,すいか,にんじん,しめじ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司 煮干し佃煮</p>	<p>19 クファージュシー ゆし豆腐(ねぎ) 食育のバナナの日</p> <p><small>【赤】豚肉,ゆし豆腐,牛乳,鶏卵,鶏ひき肉 【黄】精白米,薄力粉,バター,三温糖 【緑】にんじん,昆布,ネギ,いんげん,しいたけ,長ネギ,こまつな,たけのこ,バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 小松菜のスコーン</p>	<p>20 あわご飯 みそ汁(大根,人参,ねぎ) サンマのかば焼き わかめ春雨のサラダ オレンジ</p> <p><small>【赤】さんま,ローズハム,豚肉,乳酸菌飲料 【黄】精白米,もちきび,はるさめ,中華麺,かたくり粉,三温糖 【緑】キャベツ,きゅうり,トマト,わかめ,オレンジ,たまねぎ,にんじん,だいこん,ねぎ</small></p> <p style="text-align: center;">newヤクルト 焼きそば</p>	<p>21 お誕生日会 ～お弁当日～</p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>		<p>22 麦ご飯 とうもろこしのスープ タコライス 茹でブロッコリー あまなつフレッシュ</p> <p><small>【赤】豆乳スキムミルク,きな粉,牛ひき肉,チーズ 【黄】精白米,おし麦,三温糖,タピオカ,砂糖 【緑】にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,とうもろこし,レタス,あまなつ</small></p> <p style="text-align: center;">みどり調整豆乳 黒糖くずもち</p>	<p>23 ご飯 そば汁 シブイウブシー さつま芋の甘煮 型抜きチーズ</p> <p><small>【赤】豚肉,沖縄豆腐,チーズ,ツナ缶 【黄】沖繩そば,精白米,さつま芋 【緑】にんじん,とうがん,ニラ,ネギ,しいたけ,ほうれん草</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 青菜おにぎり</p>
<p>25 納豆ごはん ちむしんじ 高野豆腐のうま煮 パイン缶</p> <p><small>【赤】納豆,豚肉,豚レバー,牛乳,米粉,凍り豆腐 【黄】精白米,じゃが芋,三温糖,薄力粉 【緑】にんじん,ネギ,にんにく,キャベツ,しいたけ,たまねぎ,じゃが芋,パイン缶</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 米粉のにんじんケーキ</p>	<p>26 ナポリタン アーサ汁(あおさ,絹豆腐) 紅白なます すいか</p> <p><small>【赤】豚ウインナー,絹豆腐,牛乳 【黄】スパゲティ麺,ホットケーキミックス, 【緑】だいこん,にんじん,たまねぎ,ピーマン,あおさ,すいか</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ホットケーキ</p>	<p>27 ご飯 みそ汁(冬瓜,ニラ) 魚フライタルタルソース 小松菜としめじのおかか和え ぶどう</p> <p><small>【赤】キング,しらす,鶏卵 【黄】精白米,薄力粉,パン粉,ごま 【緑】とうがん,ニラ,たまねぎ,こまつな,しめじ,にんじん,ひじき,ぶどうピクルス</small></p> <p style="text-align: center;">アンパンマンリンゴジュース じゃこひじきおにぎり</p>	<p>28 麦ご飯 チキンカレー 白和え(ゴーヤー,人参) ソファール元気ヨーグルト</p> <p><small>【赤】鶏肉,沖縄豆腐,ツナ缶,ヨーグルト,牛乳 【黄】精白米,砂糖,あずき,三温糖,パン,じゃが芋 【緑】にがうり,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 あんパン</p>	<p>29 あわご飯 かき玉汁(卵,カイワレ大根) マーボー豆腐 しらすのサラダ バナナ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉,しるさげ,鶏卵,しらす 【黄】精白米,もちきび,かたくり粉,ゴマ油 【緑】カイワレ大根,こまつな,にんじん,たまねぎ,にんじん,しいたけ,バナナ,ニラ,味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 鮭おにぎり</p>	<p>30 ご飯 みそ汁(もやし,山東菜) ササミのチーズ焼き パパイヤイリチャー プルーン</p> <p><small>【赤】ささみ,チーズ,ツナ缶,牛乳 【黄】精白米,薄力粉,ごま,三温糖 【緑】もやし,さんとうさい,ピーマン,たまねぎ,にんじん,ばばいや,ニラ,プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">酪農牛乳 ゴマ入りちんすこう</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”豆腐は“川上食品”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・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