

予 定 献 立 表

2020年2月分

月	火	水	木	金	土	
 <div style="text-align: center;"> <p>節分は立春の前日、冬が終わって春に移るとい季節の変わり目を意味します。 豆まきは災いを追い払い、福を呼び込むという願いを込めて行われてきた風習です。 立春を迎えて、暦の上では春ですが、1年で一番寒い時期です。風邪やインフルエンザに負けず、 元気に過ごすには食事が大切です。バランスよく、いろいろなものを食べるようにしましょう。</p> </div> 					<p>1 ご飯 みそ汁(油揚げ, 麩) 鶏と大根の煮物 キュウリとワカメの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】油揚げ, 鶏もも, 牛乳 【黄】胚芽米, 焼きふろ, 三温糖, 砂糖, バター 【緑】こねぎ, 大根, にんじん, しいたけ, きゅうり, ワカメ, レモン, パナ</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 マフィン</p>	
<p>3 手巻寿司 (納豆, キュウリ, おしんこ) ちむしんじ デークニーイリチー ミニトマト</p> <p><small>【赤】豚肉, 豚レバー, 豚肉, EM牛乳 【黄】胚芽米, じゃが芋, 砂糖, バター 【緑】ネギ, にんにく, 大根, にんじん, さやいんげん, タンゼロ, かぼちゃ</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 節分ミックス</p>	<p>4 ハンダマご飯 すまし汁(小松菜, シソ) 鮭のごま味噌焼き 島ニンジンのかんぴら風 りんご</p> <p><small>【赤】しろさげ, 豚肉, 牛乳 【黄】胚芽米, 砂糖, ごま, ごま油, 強力粉, 黒砂糖, ごまぶどう 【緑】こまつな, しめじ, ごぼう, にんじん, ニラ, りんご, 干しうもやし, パナナ</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 もちもちドーナツ</p>	<p>5 あわご飯 魚汁(カラシ) クープイリチー 菜の花の和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】たい, 豚肉, カマボコ, 牛乳, 鶏卵 【黄】胚芽米, こんにやく, 三温糖, 黒砂糖 【緑】からしな, 昆布, しいたけ, にんじん, なばな, りょくとうもやし, パナナ</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 ガトーショコラ</p>	<p>6 きのごスパゲティ みそ汁(白菜, 厚揚げ) さつまいもの甘辛煮 いちご チーズでカルシウム</p> <p><small>【赤】いか, 鶏ひき肉, 生揚げ, チーズ, 豚ひき肉 【黄】スパゲティ麺, ごま油, さつま芋, 胚芽米, 三温糖, 砂糖 【緑】にんじん, たまねぎ, しいたけ, しめじ, ビーマン, 焼きのり, はくさい, ネギ, いちご 麦茶 おにぎり(天かす, 青のり)</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 牛乳クリームパン</p>	<p>7 麦ご飯 チキンカレー 白和え(ほうれん草, 人参)</p> <p><small>【赤】鶏肉, 鶏レバー, 沖縄豆腐, ツナ缶, EM牛乳 【黄】胚芽米, おし麦, じゃが芋 【緑】たまねぎ, にんじん, しめじ, さやいんげん, ほうれん草</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 巻き寿司</p>		
<p>10 麦ご飯 コーンスープ(キャベツ) マーボー豆腐 スティックキュウリ みかん</p> <p><small>【赤】沖縄豆腐, 豚ひき肉, 豚レバー, 鶏卵, 牛乳 【黄】胚芽米, 砂糖, ごま油, バター, 三温糖, さつま芋 【緑】コーン, キャベツ, にんじん, しいたけ, たまねぎ, にんにく, しょうが, ニラ, きゅうり, 温州みかん</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 焼き芋</p>	 <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">建国記念日</p>		<p>12 玄米ご飯 みそ汁(大根, しめじ) すきやき風煮 土佐和え パン缶</p> <p><small>【赤】牛かたろース, 沖縄豆腐, 牛乳, 鶏卵 【黄】胚芽米, こんにやく, 三温糖, くるみ 【緑】大根, しめじ, ネギ, にんじん, はくさい, きゅうり, パインアップル缶</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 チーズトースト</p>	<p>13 黒米ご飯 すまし汁(大根, ワカメ, ねぎ) メンチカツ スパゲティサラダ プチトマト</p> <p><small>【赤】しろさげ, 豚肉, 牛乳 【黄】胚芽米, 砂糖, ごま, ごま油, 強力粉, 黒砂糖, ごまぶどう 【緑】こまつな, しめじ, ごぼう, にんじん, ニラ, りんご, 干しうもやし, パナナ</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 ヒラヤーチー(ネギ, ツナ)</p>	<p>14 麦ご飯 もずく丼 みそ汁(豆腐, 小松菜) キャベツサラダ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉, 鶏卵, 沖縄豆腐 【黄】胚芽米, おし麦, 砂糖 【緑】沖縄もずく, にんじん, にんにく, ビーマン, 赤ピーマン, こまつな, キャベツ, みかん</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 チョコパン</p>	<p>15 沖縄そば 小松菜のゴマ和え バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉, カマボコ, 鶏肉 【黄】沖縄そば, 砂糖, ごま, 胚芽米 【緑】なが昆布, にんじん, ネギ, こまつな, しめじ, パナナ</small></p> <p style="text-align: right;">たきごみごはん(鶏肉, しめじ)</p>
<p>17 ご飯 三色そばろ(鶏ひき肉) みそ汁(豆腐, ワカメ) なます バナナ</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉, 鶏レバー, 鶏卵, 沖縄豆腐 【黄】胚芽米, 三温糖 【緑】ほうれん草, ワカメ, ねぎ, 大根, にんじん, パナナ</small></p> <p style="text-align: right;">メイグルト ちきなーおにぎり</p>	<p>18 麦ご飯 みそ汁(かぼちゃ, 玉ねぎ, ねぎ) レバーのカレー揚げ 野菜炒め(もやし, ビーマン) りんご</p> <p><small>【赤】豚レバー, 鶏卵, 豚肉, 牛乳, しらす 【黄】胚芽米, 三温糖 【緑】かぼちゃ, たまねぎ, ネギ, にんにく, にんじん, キャベツ, りょくとうもやし, ビーマン, りんご</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 オートミールクッキー</p>	<p>19 ふりかけご飯 みそ汁(小松菜, 厚揚げ) レバーのカレー揚げ 炒りどり 食育のミニゼリー(白桃) 日</p> <p><small>【赤】生揚げ, 鶏肉, 牛乳, 豆腐 【黄】胚芽米, さつま芋, 砂糖 【緑】こまつな, にんじん, ごぼう, たけのこ, 水煮缶, しいたけ, さやいんげん</small></p> <p style="text-align: right;">酪農牛乳 スイートポテト</p>	<p>20 黒米ご飯 そうめん汁 鯖の竜田揚げ 野菜炒め(キャベツ) みかん</p> <p><small>【赤】さば, 豚肉, 豆腐 【黄】胚芽米, そうめん 【緑】レタス, しいたけ, ネギ, キャベツ, にんじん, りょくとうもやし, ビーマン, みかん</small></p> <p style="text-align: right;">ポトフ</p>	<p>21 ご飯 親子どんぶり ほうれん草の胡麻和え わかめスープ(花ふ, ワカメ)</p> <p><small>【赤】鶏肉, 鶏卵, まぐろ, 缶詰, 牛乳 【黄】胚芽米, ごま, 砂糖, さつま芋 【緑】にんじん, たまねぎ, ビーマン, 根深ねぎ, ほうれん草, りょくとうもやし, わかめ</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 田芋パン</p>	<p>22 弁当会 (お店屋さんごっこ)</p>	
<p>24 天皇誕生日 (振替休日)</p> 	<p>25 あわご飯 みそ汁(わかめ, えのき) 生ごぼう入り鶏つくね 日ブロッコリ ミニトマト 会 ヨーグルト</p> <p><small>【赤】鶏ひき肉, 鶏レバー, 沖縄豆腐, 豚肉, 鶏卵, 牛乳 【黄】胚芽米, 砂糖 【緑】チンゲンサイ, えのき, ごぼう, たまねぎ, ブロッコリ, にんじん, コーン, パインアップル, 缶詰, ほうれん草, わかめ, ミニトマト</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 誕生ケーキ</p>	<p>26 ロールパン かぼちゃと豆のシチュー もやしと水菜のツナ和え ブルーベリー</p> <p><small>【赤】鶏むね, 大豆, 牛乳, クリーム, 植物性脂肪, まぐろ, 缶詰 【黄】ロールパン, バター, 胚芽米 【緑】かぼちゃ, にんじん, たまねぎ, さやいんげん, りょくとうもやし, きょうな, 焼きのり, ブルン</small></p> <p style="text-align: right;">麦茶 塩おにぎり カミカミ昆布</p>	<p>27 ご飯 ミネストローネ(大豆) ハニースパイシーチキン ブロッコリーのおかかチーズ和え バナナ</p> <p><small>【赤】豚肉, 鶏もも, チーズ, 牛乳 【黄】胚芽米, じゃが芋, はちみつ, ケーキ 【緑】パセリ, キャベツ, にんじん, たまねぎ, トマト, にんにく, ブロッコリー, パナナ</small></p> <p style="text-align: right;">酪農牛乳 そうざいパン(ポテトサラダ)</p>	<p>28 麦ご飯 ハヤシライス 小魚サラダ</p> <p><small>【赤】牛肉, 鶏レバー, しらす, 牛乳 【黄】胚芽米, おし麦, じゃが芋, ごま油 【緑】たまねぎ, にんじん, ビーマン, トマト, キャベツ, ひじき, コーン</small></p> <p style="text-align: right;">保育乳 サッポロポテトベジタブル</p>	<p>29 ご飯 みそ汁(キャベツ油あげ) 炒り豆腐 ポパイサラダ プチトマト</p> <p><small>【赤】油揚げ, 沖縄豆腐, 鶏ひき肉, 鶏卵, 牛乳, ツナ缶 【黄】胚芽米, こんにやく, 三温糖, オリーブ油, 砂糖 【緑】キャベツ, しいたけ, にんじん, たまねぎ, ほうれん草, ヨーグルト</small></p> <p style="text-align: right;">酪農牛乳 ビスコ パナナ</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・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