

月	火	水	木	金	土
2012年 ぶどうの木保育園 <h1>8月の献立</h1> 		1 ちらしずし みそ汁（小松菜・豆腐） レバーの炒め物 すいか  【赤】 卵,沖縄豆腐,豚レバー,しらす,ウイナー,牛乳 【黄】 はいが精米,ごま 【緑】 人参,しそ,小松菜,もやし,玉ねぎ,すいか ゲンキミルク（加工乳） ミニドッグ	2 あわご飯 中身汁 フーイリチー（卵） きゅうりとわかめの和え物 シークァーサーゼリー  【赤】 豚・かた,赤肉,卵,ミルク 【黄】 はいが精米,あわ,こんにゃく,ふ 【緑】 バナナ,しいたけ,しょうが,こねぎ,もやし 人参,キャベツ,きゅうり,ワカメ,レモン ゲンキミルク（加工乳） 紅芋パン	3 あわご飯 八宝菜 サツマイモのごま和え メロン  【赤】 豆乳,豚肉,いか,ウイナー,牛乳 【黄】 はいが精米,あわ,さつまいも 【緑】 白菜,人参,玉ねぎ,しいたけ,ピーマン,かぼちゃ メロン ゲンキミルク（加工乳） シークァーサーゼリー	4 あわご飯 コーンスープ（春雨） ポークビーンズ フルーツサラダ（みかん）  【赤】 チーズ,卵,大豆,豚ひき肉,ヨーグルト,ミルミル 【黄】 はいが精米,あわ,春雨,バナナ,イチゴ 【緑】 コーン,玉ねぎ,人参,豆,バナナ,干しぶどう キャベツ,ピーマン ミルミル サーターアングダー
6 あわご飯 すまし汁（小松菜・しめじ） チキンマーレード煮 野菜炒め（キャベツ・ウイナー） ぶどう  【赤】 鶏手羽,ウイナー,バナナ,豆乳,卵,牛乳 【黄】 はいが精米,あわ,白玉粉,バナナ,ココナッツパウダー 【緑】 小松菜,しめじ,マーレード,人参,キャベツ かぼちゃ,ぶどう 調整豆乳 かるかん	7 ご飯（ゆかり） みそ汁（チゲソイ・ツナ缶） 魚のフライ（磯部） 人参シリシリ（しらす） オレンジ  【赤】 牛乳,チゲソイ,卵,しらす,ミルク,きな粉 【黄】 はいが精米,じゃがいも,くずでん粉,黒砂糖 【緑】 チゲソイ,あおのり,人参,ササゲ,オレンジ ゲンキミルク（加工乳） 黒糖くずもち	8 麦ごはん みそ汁（ようさい・麩） ゴーヤーチャンプルー トマトサラダ（きゅうり） すいか  【赤】 沖縄豆腐,豚肉,卵,ミルク 【黄】 はいが精米,おし麦,麩,そうめん 【緑】 ようさい,玉ねぎ,人参,コーン,トマト,キャベツ コーン,スライスキャベツ,ピーマン,ミニトマト ゲンキミルク（加工乳） オレンジパン	9 あわご飯 みそ汁（油揚げ・麩） 和風ハンバーグ もーいの和え物 プチトマト  【赤】 油揚げ,豚肉,鶏肉,卵,ヨーグルト,クリーム牛乳 【黄】 はいが精米,あわ,焼き麩,ごま 【緑】 こねぎ,玉ねぎ,ひじき,みかん,トマト 飲むヨーグルト たんならあくー	10 あわご飯 絹ごしすまし汁（小松菜） もずく丼 へちまサラダ すいか  【赤】 豆腐,豚ひき肉,卵,ツナ缶,牛乳 【黄】 はいが精米,あわ 【緑】 小松菜,沖縄もずく,人参,ミニトマト,ピーマン 赤ピーマン,人参,コーン,レモン,すいか ゲンキミルク（加工乳） 焼き芋	<h1>お弁当会</h1>  【赤】 【黄】 【緑】 Ca 飲料 バナナ
13 ロールパン ビーフシチュー キャベツサラダ  【赤】 牛肩肉,クリーム牛乳 【黄】 パン,じゃがいも,さつまいも 【緑】 人参,玉ねぎ,マッシュルーム,ピーマン キャベツ,みかん ゲンキミルク（加工乳） 黒棒	14 あわご飯 ゆしどうふ（ネギ） クーイリチー 赤瓜の煮つけ パインアップル  【赤】 ゆし豆腐,豚肉,加工肉,ウイナー,ミルク,しらす 【黄】 はいが精米,あわ,こんにゃく 【緑】 ササゲ,昆布,しいたけ,人参,バナナ,コーン ゲンキミルク（加工乳） ホットケーキ	15 あわご飯 みそ汁（小松菜・しめじ） トンカツ 野菜炒め（もやし・いんげん） オレンジ  【赤】 豚・ヒレ,卵,ウイナー,バナナ,豆乳 【黄】 はいが精米,あわ 【緑】 小松菜,しめじ,人参,もやし,オレンジ 調整豆乳 誕生日ケーキ	16 あわご飯 みそ汁（冬瓜・ワカメ） からし菜チャンプルー 大豆サラダ メロン  【赤】 沖縄豆腐,ツナ缶,大豆,ミルク 【黄】 はいが精米,あわ, 【緑】 冬瓜,ワカメ,からし菜,人参,トマト きゅうり,ひじき,メロン ゲンキミルク（加工乳） 野菜てんぷら	17 麦ごはん ベジタブルカレー フルーツサラダ（みかん）  【赤】 豚ひき肉,牛乳,ヨーグルト,ミルク 【黄】 米,押し麦,じゃがいも,パン 【緑】 かぼちゃ,玉ねぎ,トマト,キャベツ,ミニトマト,みかん バナナ,干しぶどう ゲンキミルク（加工乳） あんパン	18 野菜そば かぼちゃサラダ チーズでカルシウム ぶどう  【赤】 豚かた,カマボコ,チーズ,豆乳, 【黄】 沖縄そば,じゃがいも, 【緑】 人参,キャベツ,もやし,かぼちゃ,きゅうり ぶどう ミルミル ちんすこー
20 スパゲティミートソース（豚） アーサ汁 粉ふきいも（塩） ぶどう  【赤】 豚ひき肉,チーズ,沖縄豆腐,しらす 【黄】 スパゲティ麺,バナナ,じゃがいも,ごま,米 【緑】 人参,玉ねぎ,しいたけ,あおさ,パセリ ぶどう,人参,ひじき 麦茶 みそおにぎり	21 クファージュージー（昆布） みそ汁（へちま・豆腐） きびなご唐揚げ きゅうりの和え物（梅） オレンジ  【赤】 白身魚,豚肉,沖縄豆腐,ミルク 【黄】 はいが精米,パン,バナナ 【緑】 昆布,人参,ねぎ,へちま,きゅうり,梅干し オレンジ ゲンキミルク（加工乳） シナモントースト	22 あわご飯 そうめん汁 ゴーヤーチャンプルー ポテトサラダ プチトマト  【赤】 沖縄豆腐,豚肉,卵,ハム 【黄】 はいが精米,あわ,そうめん,じゃがいも 【緑】 オレンジ,ねぎ,玉ねぎ,人参,コーン きゅうり,トマト みかんジュース 黒糖くずもち	23 あわご飯 コーンスープ（小松菜） チンジャオロース カレー風味のサラダ スイカ  【赤】 卵,豚肉,ミルク,チーズ 【黄】 はいが精米,あわ,ごま油 【緑】 コーン,小松菜,しょうが,玉ねぎ,刀水煮 ピーマン,赤ピーマン,イチゴ,バナナ ゲンキミルク（加工乳） チーズスティック	24 ご飯（胚芽） ポークカレー もずくの酢の物 型抜きチーズ  【赤】 豚肉,チーズ 【黄】 はいが精米,バナナ,じゃがいも 【緑】 玉ねぎ,人参,なす,ピーマン,沖縄もずく きゅうり,バナナ ゲンキミルク（加工乳） バナナ	25 チキンピラフ（胚） オクラ入りすまし汁（ワカメ） 納豆オムレツ パッションフルーツゼリー  【赤】 チーズ,若鶏,卵,納豆,乳酸菌飲料 【黄】 はいが精米,マーガリン 【緑】 玉ねぎ,人参,ピーマン,ミニトマト,オクラ,ワカメ 小松菜,かぼちゃ,バナナ ミルミル かぼちゃケーキ
27 ご飯（胚芽） みそ汁（よう菜・麩） 高野豆腐と野菜のうま煮 へちまサラダ オレンジ  【赤】 練り豆腐,豚もも,ツナ缶,ミルク,きな粉 【黄】 はいが精米,麩,パン,バナナ 【緑】 高野豆腐,よう菜,キャベツ,人参,玉ねぎ,へちま コーン,レモン ゲンキミルク（加工乳） きな粉ラスク	28 麦ごはん みそ汁（もやし・麩） ひじきハンバーグ マカロニサラダ パイン  【赤】 油揚げ,豚ひき肉,卵,ハム,ヨーグルト 【黄】 はいが米,押し麦,麩,スパゲティ麺 【緑】 イチゴ,ひじき,玉ねぎ,人参,きゅうり, 干しぶどう,パイン 飲むヨーグルト オートミールクッキー	29 麦ごはん みそ汁（冬瓜・ワカメ） 揚げ魚のケチャップ煮 野菜炒め（人参・キャベツ・イチゴ） シークァーサーゼリー  【赤】 チゲソイ,バナナ,牛乳,卵 【黄】 はいが米,押し麦,マーガリン 【緑】 バナナ,冬瓜,ワカメ,人参,キャベツ,イチゴ,コーン ゲンキミルク（加工乳） 若夏ケーキ	30 あわご飯 魚汁 パパイヤイリチー ワカメと春雨のサラダ（トマト） ブルーン  【赤】 タイ,豚肉,ツナ缶,ミルク,卵,チーズ,牛乳 【黄】 はいが精米,あわ,春雨 【緑】 小松菜,バナナ,人参,コーン,キャベツ,ワカメ,トマト コーン,ブルーン ゲンキミルク（加工乳） ゆでコーン	31 麦ごはん スタミナカレー 小松菜とコーンのゴマ和え オレンジ  【赤】 チーズ,豚ひき肉,チーズ,ミルク 【黄】 はいが精米,おし麦,じゃがいも,ごま 【緑】 玉ねぎ,人参,かぼちゃ,へちま,コーン 小松菜,コーン,オレンジ ゲンキミルク（加工乳） カップケーキ	9/1 