

月	火	水	木	金	土	
<p>2012年 ぶどうの木保育園</p> <h1>11月の献立</h1> <p>※保育園の行事や食材の都合により、献立を変更することがあります。</p> 						
			1	2	3	
			<p>三色ごはん みそ汁(もやし・ワカメ) じゃがいもの煮物 柿</p> <p>【赤】鶏ひき肉,卵,ミル,きな粉 【黄】精白米,じゃがいも 【緑】ほうれん草,もやし,わかめ,かき</p> <p>ゲンキミルク くずもち</p>	<p>あわご飯 大豆と鶏肉のドライカレー ポパイサラダ 青切りみかん</p> <p>【赤】鶏肉,大豆,ミル 【黄】精白米,あわ, 【緑】たまねぎ,ピーマン,人参,トマト,しょうが ほうれん草,コーン,温州みかん ゲンキミルク 紅芋パン</p>	<p>文化の日<休園></p> 	
5	6	7	8	9	10	
<p>あわご飯 みそ汁(大根油揚げ) 高野豆腐と野菜のうま煮 きゅうりの和え物 ブルー</p> <p>【赤】油揚げ,練り豆腐,豚もも,卵,牛乳 【黄】精白米,あわ 【緑】大根,キャベツ,人参,玉ねぎ,きゅうり ブルー,ほうれん草 ゲンキミルク チーズ蒸しパン</p>	<p>あわご飯 すまし汁(しめじ・えのき) さばの味噌煮 野菜炒め 青切りみかん</p> <p>【赤】さば,卵,キャベツ,人参,牛乳 【黄】精白米,あわ, 【緑】しめじ,えのき,水菜,人参,キャベツ 温州みかん,かぼちゃ ゲンキミルク もちもちドーナツ</p>	<p>納豆ごはん みそ汁(小松菜・麩) 鶏と冬瓜の煮物 春雨サラダ</p> <p>【赤】納豆,若鶏,ハム,ミル 【黄】精白米,押麦,麩,春雨 【緑】小松菜,人参,冬瓜,しいたけ,きゅうり わかめ,トマト ゲンキミルク どら焼き</p>	<p>麦ご飯 中身汁 からし菜チャンプルー 梨</p> <p>【赤】豚かた,沖縄豆腐,ツナ缶,ミル 【黄】精白米,押麦,こんにゃく,サツマイモ 【緑】しいたけ,こねぎ,からしな,人参,梨 ゲンキミルク 焼き芋</p>	<p>麦ご飯 中華丼 マカロニサラダ</p> <p>【赤】豚肉,あかいか,ハム,卵,牛乳 【黄】精白米,押麦,マカロニ 【緑】白菜,人参,しいたけ,ピーマン,きゅうり ゲンキミルク シークァーサータルト</p>	<p>お弁当会</p>  <p>まめびよ かりんとう</p>	
12	13	14	15	16	17	
<p>あわご飯 みそ汁(ほうれん草・生揚げ) もずく丼 大根スティック</p> <p>【赤】生揚げ,豚ひき肉,卵,牛乳 【黄】精白米,あわ 【緑】ほうれん草,沖縄もずく,人参,ピーマン 赤ピーマン,大根 ゲンキミルク ホットケーキ</p>	<p>あわご飯 アーサ汁 わかさぎのオランダ揚げ キャベツサラダ ミニゼリー</p> <p>【赤】沖縄豆腐,ワカサギチーズ,卵,豆乳 【黄】精白米,あわ,パン 【緑】あおさ,人参,キャベツ,きゅうり,コーン まめびよ ラスク</p>	<p>秋鮭ずし そうめん汁 かぼちゃの煮物 梨</p> <p>【赤】卵,ベニザケ,ササゲ,豚ひき肉 【黄】精白米,ごま,そうめん,餅米 【緑】ゆでひじき,キャベツ,かぼちゃ,梨 ゲンキミルク かしわもち</p>	<p>ふりかけご飯 みそ汁(小松菜・しめじ) ごぼういり鶏つくね スパゲティサラダ</p> <p>【赤】鶏ひき肉,沖縄豆腐,ハム,ミル 【黄】精白米,スパゲティ麺, 【緑】小松菜,しめじ,ごぼう,人参,きゅうり 干しぶどう,柿 ゲンキミルク せんべい</p>	<p>麦ごはん 根菜カレー スティックキュウリ</p> <p>【赤】鶏肉 【黄】精白米,押麦,さつまいも, 【緑】玉ねぎ,人参,れんこん,しょうが,ニンニク, きゅうり ゲンキミルク ブルーベリーパン</p>	<p>あわご飯 みそ汁(もやし・ワカメ) マーボー豆腐 白菜の和え物 青切りみかん</p> <p>【赤】豆腐,豚ひき肉,かまぼこ,卵 【黄】精白米,あわ, 【緑】もやし,わかめ,人参,しいたけ,玉ねぎ にら,白菜,キャベツ,温州みかん まめびよ チーズケーキ</p>	
19	20	21	22	23	24	
<p>スパゲティミートソース コーンスープ 青切りみかん</p> <p>【赤】豆腐,豚肉,卵,ヨーグルト,しらす,油揚げ 【黄】スパゲティ麺,ごま 【緑】人参,玉ねぎ,しいたけ,コーン,キャベツ,温州みかん アップルジュース チョコ棒</p>	<p>麦ご飯 みそ汁(ほうれん草・麩) 豚肉の香り揚げ 野菜炒め 梨</p> <p>【赤】豚肉,卵,キャベツ, 【黄】精白米,押麦,ごま 【緑】ほうれん草,あおのり,キャベツ,人参 もやし,梨 ゲンキミルク ポーポー</p>	<p>ふりかけご飯 みそ汁(からし菜・じゃがいも) 魚ハンバーグ ごぼうサラダ プチトマト</p> <p>【赤】牛乳,キャベツ,鶏ひき肉,卵 【黄】精白米,じゃがいも,おしむぎ 【緑】からし菜,玉ねぎ,人参,ごぼう,コーン トマト ゲンキミルク 誕生会ケーキ</p>	<p>ロールパン ポルシチ フルーツサラダ</p> <p>【赤】牛ひき肉,キャベツ,ヨーグルト 【黄】パン,じゃがいも, 【緑】人参,玉ねぎ,みかん,バナナ,干しぶどう 調整豆乳 サーターアンダギー</p>	<p>勤労感謝の日<休園></p> 		
26	27	28	29	30		
<p>芋ご飯 すまし汁(小松菜・しめじ) 松風焼き ひじき炒め 青切りみかん</p> <p>【赤】鶏ひき肉,豚肉,卵 【黄】精白米,さつまいも,ごま 【緑】小松菜,しめじ,玉ねぎ,ひじき,人参 温州みかん, ゲンキミルク オレンジパン</p>	<p>あわご飯 みそ汁(大根・ワカメ) 揚げ魚のケチャップ煮 野菜炒め ブルー</p> <p>【赤】牛乳,キャベツ,鶏ひき肉,しらす 【黄】精白米,あわ,ごま 【緑】大根,わかめ,人参,ブルーベリー,ブルー 人参,ひじき みかんジュース 黒棒</p>	<p>あわご飯 ゆし豆腐 チンジャオロース かぼちゃ含め煮 梨</p> <p>【赤】ゆし豆腐,豚肉,卵,牛乳 【黄】精白米,あわ,オートミール 【緑】キャベツ,しょうが,玉ねぎ,たけのこ,ピーマン,かぼちゃ,干しぶどう,梨 ゲンキミルク オートミールクッキー</p>	<p>あわご飯 ソーキ汁 白和え(ほうれん草) 青切りみかん</p> <p>【赤】豚肉ソーキ,沖縄とうふ,ツナ缶 【黄】精白米,あわ 【緑】なが昆布,人参,大根,しいたけ,ほうれん草 温州みかん,干しぶどう ゲンキミルク カステラ</p>	<p>麦ごはん チキンカレー 大根と柿の甘酢合え</p> <p>【赤】鶏肉,豚レバー,牛乳 【黄】精白米,押麦,じゃがいも 【緑】玉ねぎ,人参,グリーンピース,大根,柿 ゲンキミルク クリームパン</p>		