

月		火		水		木		金		土		
1	あわご飯 ポークカレー ポパイサラダ いちご	2	あわご飯 みそ汁(小松菜・麩) 肉じゃが キュウリとワカメの和え物 あまなつ	3	あわご飯 みそ汁(からしな・じゃがいも) 鮭のマヨネーズ焼き ひじき炒め あまなつ	4	あわご飯 かきたま汁 デークニーイリチー 白和え ミニゼリー	5	ご飯 ポークビーンズ しらすのサラダ バナナ	6	ジャワライス トマトと卵のスープ かぼちゃサラダ あまなつ	
【赤】豚肉,豚レバー, 【黄】精白米,あわ,バター,じゃがいも, 【緑】玉ねぎ,にんじん,なす,ピーマン, ほうれん草,コーン,いちご EM牛乳 かりんとう		【赤】牛ひき肉,グリーンピース,牛乳 【黄】精白米,あわ,麩,じゃがいも,しらたき 【緑】小松菜,玉ねぎ,にんじん,きゅうり,ワカメ レモン,なつみかん, ゲンキミルク カステラ		【赤】ペにざげ,豚肉,卵,牛乳 【黄】精白米,あわ,じゃがいも 【緑】からしな,しめじ,玉ねぎ,ひじき,にんじん なつみかん, ゲンキミルク かるかん		【赤】卵,豚肉,サヤインゲン,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】精白米,あわ,さつまいも 【緑】なつみかん,レタス,大根,にんじん ほうれん草 ゲンキミルク 焼き芋		【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,しらす,牛乳 【黄】精白米,スパゲティ麺 【緑】玉ねぎ,にんじん,小松菜,バナナ ゲンキミルク ワッフル		【赤】鶏肉,グリーンピース,卵 【黄】精白米,じゃがいも,マヨネーズ 【緑】にんじん,玉ねぎ,コーン,トマト,小松菜 かぼちゃ,きゅうり,あまなつ まめびよ 黒棒		
8	ご飯 豚肉と白菜のスープ マーボ豆腐 スティックキュウリ プチトマト	9	あわご飯 みそ汁(小松菜・じゃがいも) 魚のてんぷら にんじんシリシリ 清見みかん	10	ふりかけご飯 絹ごしすまし汁 チキンマレード煮 野菜炒め いちご	11	クファージュシー アーサ汁 パパイヤイリチー シークァーサーゼリー	12	ロールパン ボルシチ ナムル 清見みかん	13	<h1>お弁当会</h1>  <p>みかんジュース たんならあくー</p>	
【赤】豚肉,沖縄豆腐,豚ひき肉,牛乳 【黄】精白米,食パン 【緑】白菜,にんじん,しいたけ,玉ねぎ,にんにく しょうが,にら,きゅうり,ミニトマト EM牛乳 クリームパン		【赤】白身魚,卵,しらす,牛乳 【黄】精白米,あわ,じゃがいも,オートミール 【緑】小松菜,にんじん,ねぎ,清見みかん, ゲンキミルク オートミールクッキー		【赤】豆腐,鶏手羽,さやいんげん,パスタ,牛乳 【黄】精白米 【緑】小松菜,マレードにんじん,もやし,いちご ゲンキミルク くずもち		【赤】豚肉,沖縄豆腐,牛乳,卵 【黄】精白米 【緑】ひじき,にんじん,ねぎ,あおさ,パパイヤ にら ゲンキミルク サンガチグァーシ		【赤】牛ひき肉,豚レバー,卵,鶏ささ身,牛乳 【黄】パン,じゃがいも,米粉ケーキ 【緑】にんじん,玉ねぎ,ほうれん草,もやし きゅうり,清見みかん ゲンキミルク 米粉カップケーキ				
15	あわご飯 ゆしどうふ クーブイリチー じゃがいもの煮物 いちご	16	あわご飯 みそ汁(じゃがいも・わかめ) 揚げ魚のケチャップ煮 野菜炒め 清見みかん	17	スパゲティミートソース 小松菜たまごスープ フルーツサラダ	18	ご飯 そうめん汁 かぼちゃと豚肉のうま煮 キャベツの丁和え 清見みかん	19	ご飯 チキンカレー もずく酢	20	クファージュシー みそ汁(大根・油揚げ) 納豆オムレツ 型抜きチーズ	
【赤】ゆし豆腐,豚肉,カマボコ,牛乳 【黄】精白米,あわ,コンニャク,じゃがいも 【緑】ねぎ,昆布,しいたけ,にんじん,いちご EM牛乳 ゼリー		【赤】白身魚,パスタ,牛乳 【黄】精白米,あわ,じゃがいも, 【緑】ワカメ,にんじん,キャベツ,ひじき, 清見みかん ゲンキミルク 誕生会ケーキ		【赤】豚ひき肉,豚レバー,チーズ,卵,ヨーグルト 【黄】スパゲティ麺, 【緑】にんじん,玉ねぎ,椎茸,小松菜,みかん バナナ,干しぶどう 麦茶 どら焼き		【赤】豚肉,卵,しらす,牛乳 【黄】精白米,そうめん, 【緑】ねぎ,かぼちゃ,玉ねぎ,しょうが,コンコ キャベツ,タンゴール ゲンキミルク クッキー		【赤】鶏肉,豚レバー,牛乳 【黄】精白米,じゃがいも 【緑】玉ねぎ,にんじん,グリーンピース 沖縄もずく,きゅうり,みかん ゲンキミルク シークァーサータルト		【赤】豚肉,油揚げ,卵,チーズ 【黄】精白米 【緑】にんじん,昆布,ねぎ,大根,小松菜 バナナ 野菜ジュース バナナ		
22	ご飯 三色そばろ もずくスープ 焼き芋 あまなつ	23	麦ご飯 みそ汁(小松菜・豆腐) 揚げ魚のみぞれ煮 野菜炒め パイ	24	ご飯 みそ汁(小松菜・しめじ) フーイリチー かぼちゃ含め煮 あまなつ	25	あわご飯 たけのこ汁 ひじきハンバーグ ポパイサラダ いちご	26	麦ご飯 八宝菜 フルーツサラダ	27	カレーうどん 白和え 型抜きチーズ バナナ	
【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,卵,豆腐,牛乳 【黄】精白米,サツマイモ 【緑】ほうれん草,沖縄もずく,ねぎ,夏みかん EM牛乳 シナモントースト		【赤】沖縄豆腐,白身魚,パスタ,牛乳 【黄】精白米,押麦,サツマイモ,バター 【緑】小松菜,大根,にんじん,キャベツ,ひじき パイ, ゲンキミルク せんべい		【赤】ベーコン,卵,牛乳 【黄】精白米,麩 【緑】小松菜,しめじ,もやし,にんじん,キャベツ かぼちゃ,夏みかん ゲンキミルク いちごスティックケーキ		【赤】豚肉,豚ひき肉,鶏レバー,卵,牛乳 【黄】精白米,あわ, 【緑】たけのこ,しいたけ,ねぎ,しょうが,ひじき 玉ねぎ,にんじん,ほうれん草,コーン,イチャイ ゲンキミルク 焼き芋		【赤】豚肉,ヨーグルト,牛乳 【黄】精白米,押麦,パン 【緑】白菜,にんじん,玉ねぎ,椎茸,たけのこ ピーマン,パイ,バナナ,干しぶどう ゲンキミルク あんぱん		【赤】豚肉,かまぼこ,うずら卵豆腐,さくらえび チーズ,豆乳 【黄】うどん,じゃがいも, 【緑】にんじん,しいたけ,根深ねぎ,ほうれん草 アップルジュース カステラ		

29 昭和の日<休園>



30 竹の子ご飯
イナムドチ
きゅうりともやしの和え物
ミニゼリー

【赤】鶏ひき肉,豚肉,カマボコ,牛乳
【黄】精白米,こんにゃく
【緑】たけのこ,にんじん,大根,しいたけ,わか
もやし
ゲンキミルク ゆでコーン

2013年 ぶどうの木保育園

4月の献立

※保育園の行事や食材の都合により、献立を変更する事もあります。

