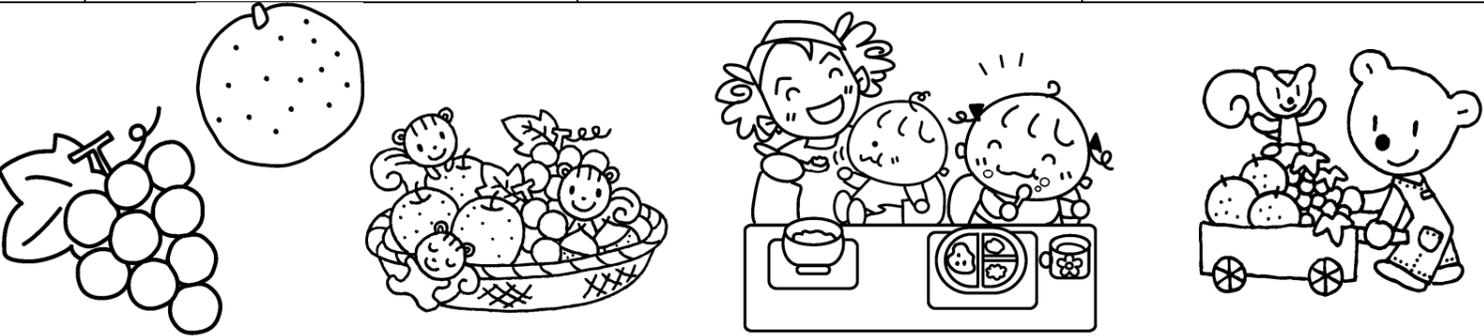


月		火		水		木		金		土		
2	あわご飯 かきたま汁 チキンのケチャップ煮 マカロニサラダ メロン	3	あずきご飯 みそ汁 魚磯辺揚げ 野菜炒め 梨	4	クファージュシー そば汁 ゴーヤの白和え 桃	5	あわご飯 みそ汁 レバー炒め ポテトサラダ すいか	6	あわご飯 ハヤシライス 小魚サラダ ぶどう	7	麦ご飯 みそ汁 親子どんぶり キュウリとオクラ和え オレンジ	
【赤】卵,鶏肉,竹輪, 【黄】精白米,あわ,マカロニ,パン 【緑】レタス,玉ねぎ,にんじん,きゅうり,メロン		【赤】白身魚,卵,豚肉,ミルク 【黄】精白米,餅米,小豆,じゃがいも 【緑】小松菜,あおのり,にんじん,キャベツ,もやし,ピーマン,梨		【赤】豚肉,かまぼこ,沖縄豆腐,ツナ缶,ミルク 【黄】精白米,沖縄そば,パン 【緑】ひじき,にんじん,ねぎ,からしな,ニガウリ,もも		【赤】生揚げ,豚レバー,卵,ミルク 【黄】精白米,あわ,そうめん 【緑】ねぎ,玉ねぎ,ワカメ,にんじん,もやし,コーン,スイカ,		【赤】牛肉,鶏レバー,しらす,ミルク 【黄】精白米,あわ,じゃが芋,焼き芋 【緑】玉ねぎ,にんじん,ピーマン,キャベツ,ひじき,コーン,ぶどう		【赤】豆乳,鶏肉,卵,油揚げ 【黄】精白米,押麦,ヤクルト 【緑】キャベツ,にんじん,玉ねぎ,ピーマン,ねぎ,きゅうり,オクラ,オレンジ		
EM牛乳 * ラスク		ゲンキミルク * クッキー		ゲンキミルク * あんぱん		ゲンキミルク * カステラ		飲むヨーグルト * やきいも		ヤクルト * 黒棒		
9	あわご飯 みそ汁 豆腐チャンプルー もーういの和え物 ぶどう	10	あわご飯 三色そばろ あさり汁 マヨネーズポテト すいか	11	ふりかけご飯 みそ汁 魚ハンバーグ 野菜炒め 梨	12	あわご飯 すまし汁 ゴーヤオムレツ 人参シリシリ ミニゼリー	13	麦ご飯 スタミナカレー トマトサラダ メロン	14	うんどう会  お弁当会 	
【赤】油揚げ,沖縄豆腐,豚もも,ミルク 【黄】精白米,あわ 【緑】さんとう菜,しめじ,キャベツ,ひじき,にんじん,ピーマン,みかん,ぶどう		【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,卵,あさり,ベーコン,ミルク 【黄】精白米,あわ,じゃがいも 【緑】ほうれん草,ねぎ,玉ねぎ,すいか,		【赤】白身魚,鶏ひき肉,卵,豚肉 【黄】精白米 【緑】なめこ,玉ねぎ,にんじん,キャベツ,ひじき,なし		【赤】卵,チーズ,しらす 【黄】精白米,あわ 【緑】小松菜,しめじ,にがうり,トマト,玉ねぎ,にんじん,ねぎ		【赤】豚ひき肉,豚レバー,チーズ 【黄】精白米,押麦,じゃがいも 【緑】玉ねぎ,にんじん,かぼちゃ,へちま,にがうり,きゅうり,トマト,レモン,メロン				
EM牛乳 * 敬老の日 		ゲンキミルク * ゆでコーン		ゲンキミルク * せんべい		野菜ジュース*シークア-サ-タルト		ゲンキミルク * クリームパン				
16		17	麦ご飯 みそ汁 もずく丼 スティックキュウリ ミニトマト・ミニゼリー	18	あわご飯 アーサ汁 魚のカレー揚げ 野菜炒め 型抜きチーズ	19	麦ご飯 冬瓜の中華スープ 八宝菜 土佐和え 月見ゼリー	20	かぼちゃロール ボルシチ へちまサラダ ぶどう	21		
		【赤】油揚げ,豚ひき肉,卵,ミルク 【黄】精白米,押麦 【緑】キャベツ,沖縄もずく,にんじん,ピーマン,赤ピーマン,きゅうり,トマト,		【赤】沖縄豆腐,白身魚,豚肉,チーズ 【黄】精白米,あわ 【緑】あおさ,にんじん,キャベツ,もやし,ピーマン		【赤】鶏ささ身,豚肉,うすら卵,ミルク 【黄】精白米,押麦 【緑】冬瓜,えのきみつば,白菜,にんじん,玉ねぎ,しいたけ,たけのこ,ピーマン,きゅうり		【赤】牛ひき肉,豚レバー,サヤインゲン,クリーム 【黄】パン,じゃがいも 【緑】にんじん,玉ねぎ,しめじ,コーン,トマト,ぶどう				
		ゲンキミルク * 誕生会ケーキ		みかんジュース * たんなふあくる		ゲンキミルク * 米粉カップケーキ		ゲンキミルク * シリアル		まめびよ * かりんとう		
23	秋分の日 	24	あわご飯 そうめん汁 ゴーヤチャンプルー かぼちゃの煮物 梨	25	あずきご飯 みそ汁 さばのおろし煮 きんぴら風煮 すいか	26	きのこスパゲティ コーンスープ フルーツサラダ	27	麦ご飯 ベジタブルカレー もーういの和え物	28	麦ご飯 マーボー豆腐 すまし汁 きゅうりの和え物 オレンジ	
		【赤】沖縄豆腐,豚肉,ベーコン,ミルク 【黄】精白米,あわ,そうめん 【緑】玉ねぎ,にんじん,にがうり,かぼちゃ,なし		【赤】さば,鶏ひき肉,ミルク 【黄】精白米,もち米,小豆 【緑】小松菜,しめじ,大根,ごぼう,にんじん,すいか		【赤】鶏ひき肉,エビ,卵 【黄】スパゲティ麺 【緑】人参,玉ねぎ,しいたけ,しめじ,ピーマン,コーン,パイン缶,バナナ,干しぶどう		【赤】豚ひき肉,牛乳 【黄】精白米,押麦,じゃがいも 【緑】かぼちゃ,玉ねぎ,トマト,キャベツ,みかん		【赤】沖縄豆腐,豚ひきにく,豚レバー, 【黄】精白米,押麦,焼き麴 【緑】人参,しいたけ,たまねぎ,にら,しめじ,ワカメ,きゅうり,梅干し,オレンジ		
		ゲンキミルク * ドーナツ		ゲンキミルク * やきいも		Ca 飲料 * かるかん		ゲンキミルク * たまごパン		ラックミー * ひとくちパウム		
30	あわご飯 みそ汁 デークニーイリチー 中華サラダ 梨	2013年 ぶどうの木保育園 9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。 										
【赤】生揚げ,豚肉,鶏ささ身,インゲン 【黄】精白米,あわ,じゃがいも 【緑】玉ねぎ,チンゲン菜,大根,にんじん,トマト,きゅうり,ワカメ,梨												
EM牛乳 * ぐずもち												