

月	火	水	木	金	土
	1 あわご飯 チキンカレー ポパイサラダ オレンジ 【赤】豚肉,鶏レバー 【黄】精白米,じゃが芋 【緑】玉ねぎ,人参,ピーマン,ほうれん草 オレンジ	2 あわご飯 みそ汁 肉じゃが 白菜の和え物 いちご 【赤】牛ひき肉,グリーンピース,しらす 【黄】精白米,あわ,ふ,じゃがいも,しらたき 【緑】さんとう菜,玉ねぎ,人参,白菜,きゅうり いちご	3 ふりかけご飯 アーサ汁 デークニーイリチー かぼちゃの煮物 プチトマト 【赤】沖縄豆腐,豚肉,サヤインゲン 【黄】精白米 【緑】あおさ,大根,人参,かぼちゃ,玉ねぎ,トマト	4 麦ごはん ポークビーンズ フルーツサラダ 【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,ヨーグルト 【黄】精白米,押麦,スパゲティ麺 【緑】玉ねぎ,人参,みかん,バナナ,干しぶどう	5 カレーピラフ 野菜スープ マカロニサラダ バナナ 【赤】鶏ひき肉,ウィンナー,ツナ缶 【黄】精白米,じゃがいも,マカロニ 【緑】人参,玉ねぎ,ピーマン,コーン,キャベツ もやし,きゅうり,干しぶどう,バナナ
	ゲンキミルク * カステラ		ゲンキミルク * スコーン		ゲンキミルク * ジャムサンド
7 あわご飯 豚肉と白菜のスープ マーボー豆腐 スティックキュウリ プチトマト 【赤】豚肩,沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー 【黄】精白米,あわ 【緑】白菜,人参,しいたけ,玉ねぎ,にんにく,にら きゅうり,トマト	8 あわご飯 みそ汁 鮭のマヨネーズ焼き 野菜炒め あまなつ 【赤】ヘニザク,さやいんげん,ツナ缶 【黄】精白米,あわ,じゃがいも 【緑】からしな,しめじ,たまねぎ,にんじん,もやし 夏みかん	9 ご飯 イナムドチ からし菜チャンプルー スパゲティサラダ パイン缶 【赤】豚肉,かまぼこ,沖縄豆腐 【黄】精白米,こんにゃく,スパゲティ麺 【緑】大根,しいたけ,からしな,人参,干しぶどう パイン	10 あわご飯 そうめん汁 ごぼう入り鶏つくね カレー風味サラダ オレンジ 【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,沖縄豆腐 【黄】精白米,あわ,そうめん 【緑】ねぎ,ごぼう,にんじん,もやし,きゅうり オレンジ	11 ロールパン ボルシチ 大豆サラダ 【赤】牛ひき肉,鶏レバー,大豆 【黄】ロールパン,じゃがいも 【緑】にんじん,玉ねぎ,しめじ,コーン	12 ご飯 豚汁 ふ炒め きゅうりの和え物 パイン缶 【赤】豚肉,油揚げ,ベーコン 【黄】精白米,麩,里芋 【緑】大根,ごぼう,ねぎ,人参,もやし,キャベツ きゅうり,パイン缶
EM牛乳 * くずもち		お弁当会		ゲンキミルク * シークァーサータルト	
14 あわご飯 みそ汁 パパイアイリチー ほうれん草の白和え シークァーサーゼリー 【赤】豚肉,沖縄豆腐 【黄】精白米,あわ,じゃがいも 【緑】わかめ,パパイア,にんじん,にら,ほうれん草 ひじき		16 ご飯 みそ汁 三色そばろ かぼちゃ含め煮 あまなつ 【赤】沖縄豆腐,鶏ひき肉,鶏レバー 【黄】精白米,そうめん 【緑】ワカメ,しめじ,からしな,かぼちゃ,夏みかん	17 あわご飯 みそ汁 豆腐と野菜のうま煮 マカロニサラダ オレンジ 【赤】油揚げ,豆腐,豚肉,ちくわ 【黄】精白米,あわ,麩,マカロニ 【緑】ねぎ,キャベツ,にんじん,玉ねぎ,きゅうり オレンジ	18 麦ごはん ポークカレー もずく酢 型抜きチーズ 【赤】豚肉,豚レバー,チーズ 【黄】精白米,押麦,じゃがいも 【緑】玉ねぎ,人参,ナス,ピーマン,沖縄もずく, きゅうり,みかん,バナナ	19 野菜そば 焼き芋 あまなつ 【赤】豚肉,かまぼこ,さやいんげん 【黄】沖縄そば,さつまいも 【緑】にんじん,キャベツ,もやし,なつみかん
EM牛乳 * 米粉ガトーショコラ		アップルジュース * 誕生会ケーキ		ゲンキミルク * シークァーサータルト	
21 アーサ入りゆし豆腐 松風焼き 人参の卵とじ プルーン 【赤】ゆし豆腐,鶏ひき肉,鶏レバー 【黄】精白米 【緑】あおさ,玉ねぎ,にんじん,プルーン	22 麦ごはん すまし汁 さばの味噌煮 野菜炒め オレンジ 【赤】さば,豚肉 【黄】精白米,押麦 【緑】小松菜,しめじ,にんじん,キャベツ,もやし ピーマン,オレンジ	23 スパゲティミートソース コーンスープ 粉ふきいも あまなつ 【赤】豚ひき肉,豚レバー,粉チーズ 【黄】スパゲティ麺,じゃが芋 【緑】にんじん,玉ねぎ,しいたけ,コーン,夏みかん	24 ご飯 みそ汁 筑前煮 白和え パイン 【赤】豚肉,サヤインゲン,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】精白米 【緑】大根,ワカメ,にんじん,ごぼう,たけのこ, しいたけ,ほうれん草,パイン缶	25 麦ごはん ハヤシライス トマトときゅうりのサラダ オレンジ 【赤】牛肉,鶏レバー 【黄】精白米,押麦,じゃがいも 【緑】玉ねぎ,にんじん,ピーマン,きゅうり,コーン オレンジ	
EM牛乳 * ポテトフライ		ゲンキミルク * スポンジケーキ		ゲンキミルク * シークァーサータルト	
28 ご飯 みそ汁 もずく丼 白菜の和え物 あまなつ 【赤】豚ひき肉,しらす 【黄】精白米,じゃがいも 【緑】小松菜,沖縄もずく,にんじん,ピーマン 赤ピーマン,白菜,きゅうり,夏みかん	29 昭和の日<休園> 	30 ご飯 みそ汁 フーイリチー きゅうりの和え物 バナナ 【赤】沖縄豆腐,豚肉 【黄】精白米,麩 【緑】ワカメ,しめじ,もやし,にんじん,キャベツ きゅうり,バナナ	2014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。		
EM牛乳 * かるかん		ゲンキミルク * シリアルバー			

親子遠足

