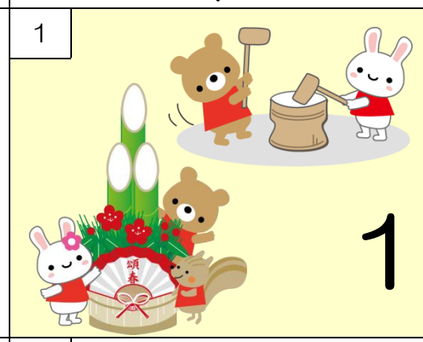
2015年　ぶどうの木保育園

1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。

月	火	水	木	金	土
			1 	2 年始休み 1／1～1／4	3
5 ご飯 根菜カレー 春雨サラダ パイン	6 あわご飯 すまし汁(しめじ・えのき) すきやき風煮 大豆サラダ バナナ	7 麦ご飯 そうめん汁 鯖の味噌煮 きんぴら風煮 桃	8 ご飯 中身汁 デークニーイリチー 白和え（人参小松菜） たんかん	9 麦ごはん 親子どんぶり きゅうりともやしの和え物 型抜きチーズ	10 あわご飯 みそ汁（えのき・わかめ） 生揚げのそぼろ煮 キャベツサラダ
【赤】鶏肉,鶏レバー,しらす 【黄】精白米,じゃが芋 ,バター 【緑】玉ねぎ,にんじん,れんこん ,にんにく キャベツ,ひじき,コーン.パイン	【赤】牛かた,沖縄豆腐,大豆,ﾂﾅ缶 【黄】精白米,しらたき,砂糖 【緑】しめじ,えのき,きょうな,人参,白菜 トマト,ひじき,きゅうり,バナナ	【赤】さば,鶏ひき肉 【黄】精白米,おし麦,そうめん 【緑】ネギ,ごぼう,にんじん.もも	【赤】豚かた,さやいんげん,沖縄豆腐,ﾂﾅ缶 【黄】精白米,こんにゃく 【緑】しいたけ,こねぎ,大根,にんじん こまつな,たんかん	【赤】卵,鶏肉,チーズ 【黄】精白米,おし麦,さつま芋 【緑】にんじん,玉ねぎ,ピーマン,白ねぎ きゅうり,もやし	【赤】豆腐,豚ひき肉,生揚げ,卵,さやいんげん 【黄】精白米,はるさめ,ﾏｰｶﾞﾘﾝ 【緑】えのき,わかめ,ねぎ ,にんじん,キャベツ みかん,干しぶどう
ＥＭ牛乳　＊　カステラ	ゲンキミルク　＊　野菜天ぷら	麦茶　＊　ジューシーおにぎり	ゲンキミルク＊オレンジマフィン	ゲンキミルク　＊　メロンパン	カップアイス　＊　クラッカー
12 成人の日	13 あわご飯 みそ汁(生揚げ・ねぎ) チキンママレード ブロッコリーのﾏﾖﾈｰｽﾞ和え みかん	14 ご飯 豚肉と椎茸のお汁 豆腐ハンバーグ 野菜炒め バナナ	15 あずきご飯 すまし汁（大根・わかめ） 鮭のごま味噌風味 野菜炒め 柿	16 あわご飯 もずくスープ ピーマンと豚肉の味噌炒め じゃが芋の煮物 みかん	17 クファジューシー みそ汁(油揚げ･麩) 豆腐チャンプルー 大根の和え物 みかん
	【赤】卵,生揚げ,鶏手羽 【黄】精白米,砂糖,ごま 【緑】ねぎ ,わかめ,マーマーレード ,コーン ブロッコリー,カリフラワー,みかん	【赤】卵,豚肉,沖縄豆腐,ﾂﾅ缶,豚かた 【黄】精白米,さつま芋,三温糖 【緑】しいたけ,こまつな,にんじん,キャベツ もやし,ピーマン.バナナ	【赤】しろさけ,ベーコン.牛乳 【黄】精白米,砂糖,ごま,フランスパン, 【緑】大根,わかめ,ねぎ ,しゅんぎく,にんじん もやし,柿	【赤】沖縄豆腐,豚肉,豚レバー ,牛乳 【黄】精白米,ごま油,じゃが芋,ごま 【緑】沖縄もずく,ねぎ ,ピーマン,もやし, 玉ねぎ,にんじん,みかん	【赤】豚肉,油揚げ,沖縄豆腐 【黄】精白米,焼きふ,三温糖,ビーフン,ごま油 【緑】にんじん,昆布,ねぎ ,ピーマン,キャベツ みかん,玉ねぎ,大根.梅干し
	ゲンキミルク＊ガトーショコラ	ゲンキミルク＊サーターアンダギー	ゲンキミルク＊フレンチトースト	ぜんざい　＊　せんべい	フルーツ豆乳　＊　たんなふぁくる
19 三色そぼろ なめこ汁 大根ときゅうりの和え物 ミニゼリー	20 お誕生会／お弁当会	21 きのこスパゲティ アーサ入りゆし豆腐 ポテトサラダ プチトマト	22 あわご飯 イナムドチ わかさぎのカレー揚げ 小松菜とコーンのゴマ和え たんかん	23 ロールパン ボルシチ フルーツサラダ	24 野菜そば ゆで卵 ごぼうサラダ みかん
【赤】鶏ひき肉,鶏レバー,絹ごし豆腐 【黄】精白米,三温糖,ごま,砂糖 【緑】からしな,なめこ,ねぎ ,大根,きゅうり		【赤】あかいか,鶏ひき肉,ゆし豆腐,しらす 【黄】スパゲティ麺,ごま油,じゃが芋,ごま 【緑】にんじん,玉ねぎ,しいたけ,しめじ ピーマン,のり,あおさ,きゅうり,ひじき	【赤】豚肉,かまぼこ,白身魚,豆腐 【黄】精白米,こんにゃく,ごま,おし麦 【緑】大根,しいたけ,こまつな,にんじん, コーン,たんかん	【赤】牛ひき肉,豚レバー.クリーム.ヨーグルト 【黄】ロールパン,じゃが芋,バター,パン 【緑】人参,玉ねぎ,しめじ,みかん バナナ.干しぶどう	【赤】豚かた,カマボコ,卵,ツナ缶 【黄】沖縄そば,三温糖、タピオカ粉 【緑】にんじん,キャベツ,もやし,ごぼう, きゅうり,コーン.みかん
ＥＭ牛乳　＊　くずもち	ゲンキミルク　＊　誕生会ケーキ	麦茶　＊　ふりかけおにぎり	ゲンキミルク　＊　焼き芋	ゲンキミルク　＊　ポテトフライ	野菜ジュース　＊　黒棒
26 麦ごはん みそ汁（豆腐・ねぎ・わかめ） もずく丼 キャベツサラダ たんかん	27 あわご飯 魚汁 フーイリチー（卵・豚） スパゲティサラダ いちご	28 あわご飯 コーンクリームスープ レバーのカレー揚げ 野菜炒め シークァサーゼリー	29 ふりかけご飯 おでん 白菜の和え物 みかん	30 麦ご飯 すまし汁 マーボー豆腐 中華サラダ	31 ジャワライス すまし汁(しめじ・えのき) 野菜炒め ウインナー バナナ
【赤】卵,沖縄豆腐,豚ひき肉,EM 牛乳,しらす 【黄】精白米,おし麦,砂糖,三温糖,黒砂糖 【緑】わかめ,沖縄もずく,人参,キャベツ 赤・青ピーマン,きゅうり,たんかん	【赤】卵 たい,豚肉,ｹﾞﾂﾐﾙｸ,脱脂粉乳 【黄】精白米,ふ,スパゲティ麺,バター,砂糖 【緑】小松菜,もやし,にんじん,キャベツ, 干しぶどう,きゅうり,いちご	【赤】卵,豚レバー,さやいんげん,ツナ缶 【黄】精白米,はるさめ,食パン,バター,砂糖 【緑】コーン,にんじん,もやし,たまねぎ	【赤】牛肩,生揚げ,竹輪,しらす,豆乳, 【黄】精白米,こんにゃく,砂糖 【緑】にんじん,大根,なが昆布,はくさい きゅうり,みかん	【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,鶏ささ身 【黄】精白米,おし麦,砂糖,ごま油,じゃが芋 【緑】にんじん,しいたけ,玉ねぎ,にんにく, にら,トマト,きゅうり,わかめ	【赤】鶏肉,グリーンピース,豚肉,ウィンナー 【黄】精白米,三温糖,はちみつ,さつま芋 【緑】にんじん,玉ねぎ,コーン,しめじ,えのき きょうな,キャベツ,もやし,ひじき,ﾊﾞﾅﾅ
ＥＭ牛乳　＊　スティックケーキ	ゲンキミルク＊カーサームーチー	ゲンキミルク　＊　ペンネミート	ゲンキミルク　＊蒸しカップケーキ	ゲンキミルク　＊　ヒラヤーチー	まめぴよ　＊　クリームパン