

月		火		水		木		金		土		
<p>2015年 ぶどうの木保育園</p> <h1>4月の献立</h1> <p>※保育園の行事や食材の都合により、献立を変更する事もあります。</p>				1	ご飯 ポークカレー 小松菜とコーンのゴマ和え いちご	2	ふりかけご飯 ゆし豆腐(ねぎ) 肉じゃが 白菜の和え物 バナナ	3	麦ご飯 クリームシチュー キャベツサラダ	4	クファージュシー みそ汁(じゃがいも) 白和え オレンジ	
				入園・進級式	【赤】 豚ひき肉,牛乳 【黄】 精白米, じゃが芋,ごま,砂糖,黒砂糖 【緑】 かぼちゃ,玉ねぎ,トマト,キャベツ にんにく,こまつな,コーン,いちご	【赤】 ゆし豆腐,牛肉,グリーンピース, 【黄】 精白米,じゃが芋,パン 【緑】 ねぎ,玉ねぎ,にんじん,はくさい, きゅうり,バナナ,ジャム	【赤】 鶏肉,鶏レバー,ゲンキミルク 【黄】 精白米,おし麦,じゃが芋, 【緑】 玉ねぎ,にんじん,ピーマン,キャベツ, みかん	【赤】 牛乳,豚肉,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】 精白米,じゃが芋,砂糖,バター 【緑】 ひじき,にんじん,ねぎ,玉ねぎ, ほうれんそう,オレンジ	ゲンキミルク * ガトーショコラ	ゲンキミルク * ジャムサンド	ゲンキミルク * ホットケーキ	ミルージュ * あんぱん
				6	ご飯 豚肉と白菜のスープ マーボー豆腐 かぼちゃサラダ プチトマト	7	ご飯 みそ汁(ほうれん草/麩) 鮭のマヨネーズ焼き 野菜炒め(もやし/ピーマン) バナナ	8	麦ご飯 そうめん汁 和風ハンバーグ 人参シリシリ あまなつ	9	あわご飯 みそ汁(大根/鶏肉) 生揚げのそぼろ煮 きゅうりともやしの和え物 シークァーサーゼリー	10
【赤】 豚肩,沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー 【黄】 精白米,砂糖,ごま油,じゃが芋, 【緑】 はくさい,にんじん,しいたけ,玉ねぎ, かぼちゃ,きゅうり,干しぶどう,トマト	【赤】 べにざけ,豚肉,ゲンキミルク,牛乳 【黄】 精白米,ふ,三温糖,はちみつ,さつま芋 【緑】 ほうれんそう,しめじ,玉ねぎ,にんじん, キャベツ,もやし,ピーマン,バナナ	【赤】 鶏卵,豚ひき肉,鶏ひき肉,しらす 【黄】 精白米,おし麦,そうめん,ごま,三温糖, 【緑】 しょうゆ,玉ねぎ,ひじき,にんじん, なつみかん,コーン	【赤】 鶏もも,豚ひき肉,生揚げ,さやいんげん, 【黄】 精白米,はるさめ 【緑】 大根,こまつな,にんじん,きゅうり もやし	【赤】 牛ひき肉,豚レバー,クリーム,しらす, 【黄】 ロールパン,じゃが芋,バター,ごま油 【緑】 にんじん,玉ねぎ,キャベツ,ひじき, コーン	【赤】 鶏ひき肉,生揚げ,豚肉,さやいんげん 【黄】 精白米,砂糖 【緑】 にんじん,玉ねぎ,ピーマン,コーン チンゲンサイ,キャベツ,もやし	EM牛乳 * 米粉カップケーキ	ゲンキミルク * ポテトフライ	ゲンキミルク * ペンネミート	ゲンキミルク * バナナ蒸しカップ	ゲンキミルク*シークァーサータルト	カップアイス * クラッカー	
13	あわご飯 みそ汁(わかめ/麩) ジャンボオムレツ 野菜炒め(もやし/ピーマン) チーズで鉄	14	<b>お弁当会</b> 	15	三色そぼろ 絹ごしすまし汁(小松菜) スパゲティサラダ バナナ	16	麦ご飯 みそ汁(小松菜/しめじ) 鶏と大根の煮物 野菜炒め(もやし/ひじき) あまなつ	17	麦ご飯 ハヤシライス ポパイサラダ	18	<b>親子遠足</b> 	
【赤】 鶏卵,豚肉,ゲンキミルク,牛乳 【黄】 精白米,ふ,じゃが芋,さつま芋,砂糖, 【緑】 ねぎ,わかめ,ピーマン,赤ピーマン にんじん,キャベツ,もやし	【赤】 鶏卵,鶏ひき肉,鶏レバー,豆腐,ハム 【黄】 精白米,三温糖,スパゲティ麺,食パン 【緑】 ほうれんそう・葉,こまつな,干しぶどう きゅうり,バナナ,ピーマン,コーン	【赤】 鶏もも,豚肉,ゲンキミルク 【黄】 精白米,おし麦 【緑】 小松菜,しめじ,大根,にんじん,しいたけ キャベツ,もやし,ひじき,なつみか	【赤】 鶏肉,豚レバー 【黄】 精白米,おし麦,じゃが芋,バター,砂糖 【緑】 玉ねぎ,にんじん,グリーンピース ほうれんそう,コーン	EM牛乳 * メロンパン	野菜ジュース*スティックケーキ	ゲンキミルク * ピザトースト	ゲンキミルク * オートミルククッキー	ゲンキミルク * ミニドック				
20	あわご飯 みそ汁(大根/油あげ) もずく丼 コールスローサラダ あまなつ	21	ご飯 みそ汁(キャベツ/麩) クープイリチー 白和え(ほうれん草) オレンジ	22	スパゲティミートソース たまごスープ 粉ふきいも あまなつ	23	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 いちご	24	あわご飯 八宝菜 フルーツサラダ	25	野菜そば ゆで卵 バナナ	
【赤】 卵,油揚げ,豚ひき肉,ゲンキミルク,ツナ缶 【黄】 精白米,砂糖,三温糖 【緑】 大根,沖縄もずく,にんじん,ピーマン 赤ピーマン,キャベツ,なつみかん	【赤】 豚肉,カマボコ,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】 精白米,ふ,こんにゃく,三温糖,砂糖 【緑】 キャベツ,昆布,しいたけ,にんじん ほうれんそう,オレンジ	【赤】 卵,豚ひき肉,豚レバー,チーズ 【黄】 スパゲティ麺,バター,じゃが芋,砂糖 【緑】 にんじん,玉ねぎ,しいたけ,からしな, パセリ,なつみかん	【赤】 キングクリップ,豚ひき肉,牛乳, 【黄】 精白米,じゃが芋,三温糖,強力粉,黒砂糖, 【緑】 わかめ,にんじん,もやし,ブロッコリ いちご	【赤】 豚肉,うずら卵・水煮缶,ヨーグルト 【黄】 精白米,三温糖 【緑】 白菜,にんじん,玉ねぎ,しいたけ,竹の子 ピーマン,みかん,バナナ,干しぶどう	EM牛乳 * カステラ	ゲンキミルク * 誕生会ケーキ	麦茶 * みそおにぎり	ゲンキミルク * もちもちボール	ゲンキミルク * ブルーベリーパン	ゲンキミルク * ゴマクッキー		
27	あわご飯 すまし汁(ほうれん草/大根) 松風焼き 人参の卵とじ バナナ	28	わかめご飯 コーンスープ 鮭のごま味噌風味 テークニーイリチー 型抜きチーズ	29	<b>昭和の日</b> 	30	竹の子ご飯 みそ汁(豆腐/しめじ) トンカツ パパイヤイリチー オレンジ	<p>早寝早起きの生活リズムは、子どもにとって生活すべての基本です。朝食を食べないと、便秘になったり、脳と身体に栄養が行き届かないなど、毎日の朝食からのエネルギー補給は欠かせません。</p> <p>規則正しい食習慣をつけていきましょう。</p>				
【赤】 鶏ひき肉,鶏レバー,鶏卵,ゲンキミルク,きな粉 【黄】 精白米,三温糖,ごま,くずでん粉,黒砂糖 【緑】 ほうれんそう,大根,玉ねぎ,にんじん, バナナ	【赤】 しらす,しろさけ,卵,豚肉,チーズ 【黄】 精白米,ごま,三温糖,はるさめ,砂糖, 【緑】 わかめ,にんじん,コーン,大根 玉ねぎ,からしな	【赤】 鶏ひき肉,生揚げ,豚肩,卵,ゲンキミルク 【黄】 精白米,ライ麦・全粒粉,三温糖 【緑】 たけのこ,にんじん,わかめ,パパイヤ にら,オレンジ	ゲンキミルク * スコーン									