

月	火	水	木	金	土	
	1 ご飯 みそ汁(小松菜・じゃがいも) 豆腐のあげほの揚げ 野菜炒め バナナ 【赤】 べにざけ, 沖縄豆腐, 卵, 豚肉 【黄】 精白米, じゃが芋 【緑】 こまつな, ねぎ, にんじん, キャベツ もやし, ピーマン, バナナ パンダミルク * ヒラヤーチー	2 納豆ごはん みそ汁(ようさい・しめじ) 桜えび入り卵焼き ポテトサラダ オレンジ 【赤】 納豆, 卵, さくらえび 【黄】 精白米, 押麦, じゃが芋, 砂糖 【緑】 ようさい, しめじ, ねぎ, にんじん きゅうり, オレンジ パンダミルク * 黒棒	3 あわご飯 みそ汁(小松菜・麩) クーフィリチー もーういの和え物 ミニゼリー 【赤】 豆腐, 豚肉, かまぼこ 【黄】 精白米, こんにゃく, ビーフン, ごま油 【緑】 小松菜, 麩, 昆布, しいたけ, にんじん みかん, 玉ねぎ 麦茶 * ソーメンチャンプル	4 麦ご飯 ベジタブルカレー しらすのサラダ 【赤】 豚ひき肉, 豚レバー, 牛乳, しらす 【黄】 精白米, 押麦, じゃが芋 【緑】 かぼちゃ, 玉ねぎ, トマト, キャベツ 小松菜, コーン パンダミルク * じゃが芋	5 沖縄そば ほうれん草と人参の白和え バナナ 【赤】 豚肉, かまぼこ, 卵, 沖縄豆腐, 鶏肉 【黄】 沖縄そば, ごま 【緑】 ねぎ, ほうれん草, にんじん, ひじき バナナ, 玉ねぎ, コーン 麦茶 * たんなふあくる	
	7 ぶりかけご飯 みそ汁(ジャガイモ) 魚煮付け 人参シリシリ(シラス) バナナ 【赤】 白身魚, 豚肉, しらす 【黄】 精白米, じゃが芋 【緑】 ねぎ, ピーマン, 赤ピーマン, にんじん EM牛乳 * ドーナツ	8 <b>お弁当会</b>  カップアイス * クラッカー	9 きのこスパゲティ アーサ汁 小魚サラダ ぶどう 【赤】 いか, 鶏ひき肉, 沖縄豆腐, しらす 【黄】 スパゲティ麺, 食パン, バター, 黒砂糖 【緑】 人参, 玉ねぎ, しいたけ, しめじ, ぶどう ピーマン, あおさ, キャベツ, ひじき, コーン パンダミルク * メロンパン	10 麦ご飯 みそ汁(えのき・わかめ) チーズハンバーグ 野菜炒め オレンジ 【赤】 牛ひき肉, 豚レバー, 卵, 豚肉 【黄】 精白米, 押麦, 砂糖 【緑】 えのき, わかめ, ねぎ, 玉ねぎ, にんじん キャベツ, もやし, ひじき, オレンジ フルーツポンチ * せんべい	11 ロールパン ボルシチ ポパイサラダ バナナ 【赤】 牛ひき肉, 豚レバー, クリーム 【黄】 ロールパン, じゃが芋 【緑】 にんじん, 玉ねぎ, しめじ, ほうれん草 コーン, バナナ パンダミルク * 焼き芋	12 <b>運動会</b> 
	14 あわご飯 オクラスープ チキンのケチャップ煮 野菜炒め 柿 【赤】 卵, 鶏手羽, さやいんげん, ツナ缶, しらす 【黄】 精白米, 食パン 【緑】 オクラ, 玉ねぎ, にんじん, もやし, かき EM牛乳 * スティックケーキ	15 秋鮭すし なめこ汁 パパイアイリチー バナナ 【赤】 豆乳, 卵, べにざけ, 豚肉, ツナ缶 【黄】 精白米, 砂糖, ごま 【緑】 ひじき, なめこ, パパイア, にんじん バナナ, 玉ねぎ, 沖縄もずく パンダミルク * 誕生会ケーキ	16 ご飯 すまし汁(小松菜・大根) トンカツ 野菜炒め オレンジ 【赤】 豚赤肉, 卵, 豚肉, ツナ缶 【黄】 精白米, 三温糖 【緑】 こまつな, 大根, にんじん, キャベツ もやし, ひじき, オレンジ 麦茶 * おにぎり	17 あわご飯 冬瓜の中華スープ 麻婆なす 粉ふきいも 梨 【赤】 鶏ささ身, 豚ひき肉, 鶏レバー 【黄】 精白米, 三温糖, じゃが芋 【緑】 とうがん, えのき, みつ葉, なす, にんじん しいたけ, たら, パセリ, 梨 パンダミルク * 野菜天ぷら	18 麦ご飯 ゆしどうふ もずく丼 カレー風味のサラダ 【赤】 ゆし豆腐, 豚ひき肉, 卵 【黄】 精白米, 押麦, 砂糖 【緑】 ねぎ, 沖縄もずく, にんじん, にんにく ピーマン, もやし, きゅうり パンダミルク * ジャムサンド	19 ご飯 コンスープ 肉じゃが マカロニサラダ 柿 【赤】 卵, 牛肉, ツナ缶, 豚肉 【黄】 精白米, 春雨, じゃが芋, スパゲティ麺 【緑】 コーン, 玉ねぎ, にんじん, きゅうり 干しぶどう, キャベツ, ピーマン, 柿 ラックミー * あんぱん
21 <b>敬老の日</b> 	22 <b>国民の休日</b> 	23 <b>春分の日</b> 	24 麦ご飯 みそ汁(へちま・豚肉) 豆腐と野菜のうま煮 コールスローサラダ 型抜きチーズ 【赤】 豚肉, 豆腐, 豚もも, チーズ 【黄】 精白米, 押麦 【緑】 へちま, キャベツ, にんじん, 玉ねぎ パンダミルク * シークァーサータルト	25 あわご飯 ポークビーンズ もーういの和え物 うさぎちゃんゼリー 【赤】 大豆, 豚ひき肉, 豚レバー, さやいんげん 【黄】 精白米, スパゲティ麺, 砂糖 【緑】 玉ねぎ, にんじん, みかん, ゼリー パンダミルク * たまごパン	26 梅入り混ぜご飯 すまし汁(小松菜・冬瓜) 人参の卵とし ウィンナー バナナ 【赤】 卵, ウィンナー 【黄】 精白米, ごま, 黒砂糖, ごま 【緑】 梅干し, こまつな, とうがん, にんじん バナナ フルーツ豆乳 * カステラ	
28 あわご飯 みそ汁(キャベツ・油あげ) デークニーリチー 中華サラダ キャンディーチーズ 【赤】 油揚げ, 豚肉, いんげん, 鶏ささ身, チーズ 【黄】 精白米, じゃが芋, ごま油 【緑】 キャベツ, 大根, にんじん, トマト きゅうり, わかめ EM牛乳 * くずもち	29 あわご飯 すまし汁(しめじ・みつば) 魚フライタルタルソース 野菜炒め オレンジ 【赤】 白身魚, 卵, 豚肉, きな粉 【黄】 精白米 【緑】 しめじ, えのき, みつ葉, ピクルス, 玉ねぎ にんじん, キャベツ, もやし, オレンジ パンダミルク * ホットケーキ	30 ご飯 なすの味噌汁(ネギ) ごぼう入り鶏つくね スパゲティサラダ 梨 【赤】 鶏ひき肉, 鶏レバー, 沖縄豆腐 【黄】 精白米, スパゲティ麺 【緑】 なす, わかめ, ねぎ, ごぼう, にんじん 干しぶどう, きゅうり, 梨 パンダミルク * ポテトフライ	2015年 ぶどうの木保育園 <b>9月の献立</b> ※ 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。			

