

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|---|---|---|-----------------------|
| 2016 ぶどうの木保育 1月の献立 ※ 園の行事や食材の都合により、献立を変更する事もあ | | | | | 1 年始休み 2 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|--|----|---|----|---|----|---|----|---|----|---|
| 4 | 麦ご飯 チキンカレー もずく酢 【赤】 鶏肉,鶏レバー,ミルク 【黄】 精白米,おし麦,じゃが芋,バター 【緑】 玉ねぎ,にんじん,ピーマン,沖縄もずく みかん EM牛乳 * コーンフレーク | 5 | スパゲティナポリタン 豚肉と白菜のスープ ほうれん草とひじきの白和え ブルーン 【赤】 ウィンナー,チーズ,豚かた,沖縄豆腐 【黄】 スパゲティ麺,オリーブ油,ごま,砂糖, 【緑】 にんじん,玉ねぎ,トマト,ピーマン,白菜 ほうれん草,ひじき,ブルーン パンダミルク * おにぎり | 6 | ご飯 アーサ入りゆし豆腐 チンジャオロース わかめと春雨のサラダ ミニゼリー 【赤】 ゆし豆腐,豚肉,ツナ缶 【黄】 精白米,砂糖,ごま油,はるさめ,三温糖 【緑】 あおさ,玉ねぎ,たけのこ,赤/青/黄ピーマ きゅうり,わかめ,トマト ジョア * ミニドック | 7 | あわご飯 みそ汁(じゃがいも) ひじきハンバーグ 人参しりしり バナナ 【赤】 豚ひき肉,鶏レバー,しらす,チーズ 【黄】 精白米,じゃが芋,食パン 【緑】 ねぎ,ひじき,玉ねぎ,にんじん バナナ パンダミルク*じゃこトースト | 8 | ご飯 すまし汁(生揚げ/かいわれ) 八宝菜 粉ふきいも 【赤】 生揚げ,豚肉 【黄】 精白米,三温糖,じゃがいも 【緑】 玉ねぎ,かいわれ大根,はくさい,にんじん しいたけ,たけのこ,ピーマン パンダミルク*シーカーサタルト | 9 | 野菜そば かぼちゃと豚肉のうま煮 ソフル 【赤】 豚かた,カマボコ,固形ヨーグルト 【黄】 沖縄そば,強力粉,黒砂糖,ごま 【緑】 にんじん,キャベツ,もやし,かぼちゃ パンダミルク * カステラ |
| 11 | 成人の日 | 12 | お弁当会 | 13 | あずきご飯 みそ汁(じゃがいも/青菜) 切り干し大根炒め しらす入り卵焼き たんかん 【赤】 豚肉,カマボコ,卵,しらす 【黄】 精白米,もち米,じゃが芋,こんにゃく 【緑】 チンゲンサイ,切り干し大根 しいたけ,ねぎ,たんかん パンダミルク * いも天ぷら | 14 | 麦ご飯 そうめん汁 鯖の竜田揚げ ひじき炒め パイン 【赤】 さば,ツナ缶,卵 【黄】 精白米,おし麦,そうめん,はちみつ 【緑】 ねぎ,ひじき,にんじん,ねぎ パイン パンダミルク*蒸しカップケーキ | 15 | ご飯 みそ汁(大根/わかめ) チキンママレード煮 野菜炒め みかん 【赤】 鶏肉,ツナ缶 【黄】 精白米,じゃがいも,砂糖 【緑】 大根,わかめ,オレンジママレード,人参 キャベツ,もやし,ピーマン,みかん パンダミルク*ブルーベリーパン | 16 | 親子もちつき |
| 18 | ご飯 みそ汁(キャベツ/油あげ) 肉じゃが 小松菜のゴマ和え みかん 【赤】 油揚げ,牛ひき肉,グリーンピース卵 【黄】 精白米,じゃが芋,しらたき,ごま,砂糖 【緑】 キャベツ,玉ねぎ,にんじん,こまつな コーン,みかん EM牛乳 * くずもち | 19 | ご飯 すまし汁(大根/玉ねぎ) 魚ハンバーグ かぼちゃ含め煮 キャンディーチーズ 【赤】 白身魚,鶏ひき肉,卵,チーズ 【黄】 精白米,食パン,砂糖,バター 【緑】 大根,玉ねぎ,ねぎ,かぼちゃ パンダミルク * 誕生会ケーキ | 20 | ご飯 カボチャスープ 豚肉のしょうが焼 野菜炒め バナナ 【赤】 ベーコン,豚レバー,豚肉,卵 【黄】 精白米,バター,黒砂糖 【緑】 玉ねぎ,かぼちゃ,にんじん,キャベツ, もやし,ひじき,バナナ パンダミルク * スコーン | 21 | 麦ご飯 みそ汁(かぶ/わかめ) 鶏のから揚げ 野菜炒め たんかん 【赤】 鶏もも,豚ひき肉 【黄】 精白米,おし麦,食パン 【緑】 かぶ,わかめ,かいわれ大根,にんじん もやし,ブロッコリー,たんかん パンダミルク * ラスク | 22 | ロールパン ボルシチ 小魚サラダ 【赤】 牛ひき肉,豚レバー,いんげん,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,しめじ,キャベツ ひじき,コーン パンダミルク * スティックケーキ | 23 | ご飯 みそ汁(もやし/わかめ) 炒り豆腐 もずく酢 【赤】 牛乳,沖縄豆腐,鶏ひき肉,鶏卵 【黄】 精白米,しらたき,三温糖,砂糖,バター 【緑】 もやし,わかめ,しいたけ,人参,玉ねぎ 沖縄もずく,きゅうり,みかん 野菜ジュース * はちや棒 |
| 25 | ご飯 みそ汁(油揚げ/麩) 高野豆腐と野菜のうま煮 白菜の和え物 みかん 【赤】 油揚げ,豆腐,豚もも, 【黄】 精白米,焼きふ,三温糖,砂糖 【緑】 こねぎ,キャベツ,にんじん,玉ねぎ, はくさい,きゅうり,みかん,ほう EM牛乳 * メロンパン | 26 | 麦ご飯 すまし汁(しめじ/水菜) 魚のフライ きんぴら風煮 パイン 【赤】 白身魚,鶏ひき肉,卵,ツナ缶 【黄】 精白米,おし麦 【緑】 しめじ,えのき,京菜,ごぼう,人参 れんこん,パイン缶 パンダミルク * ヒラヤーチー | 27 | あわご飯 イナムドチ チキン照り焼き からし菜チャンプルー たんかん 【赤】 豚肉,カマボコ,鶏もも,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】 精白米,こんにゃく,食パン,バター 【緑】 大根,しいたけ,根深ねぎ,からしな にんじん,たんかん パンダミルク * ドーナツ | 28 | ご飯 みそ汁(生揚げ/ねぎ) 鶏と大根の煮物 コールスローサラダ バナナ 【赤】 生揚げ,若鶏もも,豚肉 【黄】 精白米,三温糖,うどん 【緑】 ねぎ,わかめ,大根,にんじん,しいたけ キャベツ,コーン,バナナ パンダミルク * ポテトフライ | 29 | 麦ご飯 トマトと卵のスープ マーボー豆腐 型抜きチーズ 【赤】 鶏卵,沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー,チーズ 【黄】 精白米,おし麦,砂糖,ごま油 【緑】 トマト,こまつな,にんじん,しいたけ 玉ねぎ,こら,いよかん パンダミルク * ガトーショコラ | 30 | 麦ご飯 みそ汁(サツマイモ) 親子どんぶり 土佐和え 【赤】 鶏肉,鶏卵,かつお節 【黄】 精白米,おし麦,さつまいも,砂糖 【緑】 ねぎ,にんじん,玉ねぎ,ピーマン 白ねぎ,はくさい,きゅうり ミルージュ*たんかん・せんべい |