

月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---

2016年 ぶどうの木保育園 7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りま

				1 麦ご飯 スタミナカレー もずく酢	2 きつねうどん 大豆サラダ バナナ
				【赤】豚ひき肉,豚レバー,チーズ 【黄】精白米,押麦,じゃが芋,砂糖 【緑】玉ねぎ,人参,かぼちゃ,へちま,にがうり 沖縄もずく,きゅうり,みかん パンダミルク * 田芋ロール	【赤】油揚げ,かまぼこ,大豆,鶏肉,ヨーグルト 【黄】うどん,三温糖 【緑】葉ねぎ,トマト,ひじき,きゅうり バナナ,ぶどう ソフール * ぶどう/クラッカー
4 ご飯 トマトと卵のスープ 中華丼 きゅうりの和え物 ブルー	5 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも) さばのおろし煮 フーイリチー バナナ	6 ご飯 ミネストローネ トンカツ もーういの和え物 すいか	7 ご飯 きらきらスープ チーズハンバーグ しらすのサラダ セタゼリー	8 ご飯 チキンカレー 大豆サラダ	9 ご飯 すまし汁(しめじ/水菜) マーボー豆腐 きゅうり和え オレンジ
【赤】卵,豚肉,EM牛乳 【黄】精白米,砂糖,食パン,バター 【緑】トマト,小松菜,白菜,人参,きくらげ ピーマン,きゅうり,みかん,ブルー EM牛乳 * コーンフレーク	【赤】さば,豚肉,卵 【黄】精白米,押麦,三温糖,ふ 【緑】じゃがいも,大根,もやし,人参 キャベツ,バナナ Ca飲料 * フレンチトースト	【赤】豚肉,牛乳 【黄】精白米,じゃが芋,砂糖 【緑】人参,玉ねぎ,トマト,みかん,すいか パンダミルク * スコーン	【赤】豆腐,牛ひき肉,豚レバー,卵,しらす 【黄】精白米,じゃがいも 【緑】オクラ,にんじん,玉ねぎ,小松菜 コーン,きゅうり,トマト フルーチェ * ウェハース	【赤】鶏肉,鶏レバー,大豆 【黄】精白米,じゃが芋,バター,ごま油 【緑】玉ねぎ,にんじん,ピーマン,トマト ひじき,きゅうり パンダミルク * 星のコロッケ	【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚レバー 【黄】精白米,砂糖,ごま油 【緑】しめじ,えのき,京菜,人参,玉ねぎ,にら きゅうり,オクラ,オレンジ ラックミー * 米粉カップケーキ
11 ご飯 みそ汁(山東菜/しめじ) チキンのケチャップ煮 野菜炒め ミニゼリー	12 お弁当会 	13 ご飯 すまし汁(大根/玉ねぎ) レバーのカレー揚げ 野菜炒め すいか	14 ちりめん寿司 すまし汁(小松菜/しめじ) パイパイリチー メロン	15 ご飯 ビーフシチュー 小松菜の和え物	16 親子遠足 
【赤】鶏手羽,ツナ缶,EM牛乳,卵 【黄】精白米,バター,砂糖 【緑】山東菜,しめじ,玉ねぎ,人参,キャベツ もやし,ピーマン,にがうり,バナナ EM牛乳 * メロンパン	【赤】豚レバー,卵,豚肉,牛乳 【黄】精白米,強力粉,ごま 【緑】大根,玉ねぎ,人参,チンゲン菜,もやし ピーマン,すいか,干しぶどう,えだまめ パンダミルク*パウンドケーキ/枝豆	【赤】卵,しらす,豚肉,牛乳 【黄】精白米,砂糖,ごま,さつま芋 【緑】人参,しそ,小松菜,しめじ,パイパイ にら,メロン パンダミルク * 野菜天ぷら	【赤】牛肉,豚レバー,クリーム 【黄】精白米,じゃが芋,バター 【緑】にんじん,玉ねぎ,しめじ,ピーマン こまつな,コーン パンダミルク * じゃこトースト	【赤】牛肉,豚レバー,クリーム 【黄】精白米,じゃが芋,バター 【緑】にんじん,玉ねぎ,しめじ,ピーマン こまつな,コーン パンダミルク * じゃこトースト	【赤】豚かた,かまぼこ,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】沖縄そば,三温糖 【緑】人参,キャベツ,もやし,にがうり 麦茶 * かるかん
18 海の日 	19 あわご飯 イナムドチ からし菜チャンプルー きゅうりの和え物 さくらんぼフレッシュ	20 トマトスパゲティ コーンスープ キャベツサラダ キャンディーチーズ	21 あわご飯 みそ汁(しめじ/豆腐) 肉じゃが わかめと春雨の和え物 すいか	22 ロールパン ポークビーンズ フルーツサラダ	23 野菜そば ゴーヤーの白和え 元気ヨーグルト
【赤】豚肉,かまぼこ,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】精白米,こんにゃく,ケーキ 【緑】大根,しいたけ,からしな,人参 きゅうり,梅干し,ゼリー パンダミルク * 誕生日ケーキ	【赤】ソーセージ,卵,チーズ 【黄】スパゲティ麺,ごま油,砂糖 【緑】トマト,ナス,玉ねぎ,しめじ,コーン セロリー,キャベツ,みかん パンダミルク * ゆかりおにぎり	【赤】沖縄豆腐,牛肉,ツナ 【黄】精白米,春雨, 【緑】わかめ,しめじ,じゃがいも,玉ねぎ トマト,きゅうり,すいか パンダミルク * じゃこトースト	【赤】大豆,豚ひき肉,豚レバー,ヨーグルト 【黄】ロールパン,スパゲティ麺,さつま芋 【緑】玉ねぎ,にんじん,さやいんげん みかん,バナナ,干しぶどう パンダミルク * 紫芋チップス	【赤】豚かた,かまぼこ,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】沖縄そば,三温糖 【緑】人参,キャベツ,もやし,にがうり 麦茶 * かるかん	
25 ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー かぼちゃの含め煮 ミニゼリー	26 ふりかけご飯 みそ汁(山東菜/麩) 魚のてんぷら きんぴら風煮 ぶどう	27 ご飯 みそ汁(もやし/わかめ) すきやき風煮 ポテトサラダ オレンジ	28 あずきご飯 すまし汁(大根/麩) ピーマンと豚肉の味噌炒め おからサラダ バナナ	29 ご飯 もずく丼 きゅうりの和え物 キャンディーチーズ	30 あわご飯 みそ汁(キャベツ/ねぎ) 生揚げのそぼろ煮 大根ときゅうりの和え物 ブルー
【赤】沖縄豆腐,豚肉,卵,EM牛乳 【黄】精白米,じゃが芋,砂糖 【緑】ねぎ,玉ねぎ,人参,にがうり かぼちゃ,あおさ EM牛乳 * チーズマヨパン	【赤】白身魚,鶏ひき肉,ツナ缶 【黄】精白米,ふ 【緑】さんとうさい,あおのり,ごぼう 人参,さやいんげん,ぶどう パンダミルク*ツナマヨおにぎり	【赤】牛かた,沖縄豆腐,卵,ゼラチン 【黄】精白米,こんにゃく,じゃが芋 【緑】もやし,わかめ,人参,白菜 きゅうり,オレンジ 豆乳プリン *アーモンドフィッシュ	【赤】豚肉,豚レバー,おから,かまぼこ,卵, 【黄】精白米,ごま油,オートミール,麩 【緑】大根,玉ねぎ,ピーマン,もやし 人参,きゅうり,バナナ パンダミルク * ラスク	【赤】豚ひき肉,卵 【黄】精白米,砂糖,三温糖,ごま油 【緑】沖縄もずく,人参,ピーマン,赤ピーマン きゅうり,トマト パンダミルク * クリームパン	【赤】豚ひき肉,生揚げ,卵 【黄】精白米,はるさめ,砂糖 【緑】キャベツ,人参,さやいんげん, きゅうり,大根,ブルー ラックミー * カステラ