

月	火	水	木	金	土
<p>色んな種類のみかんがあるよ。 ちがいを食べくらべてみよう!</p>  <p>いよか 温州みかん ぽんか</p>		<p>1 ご飯 すまし汁(わかめ/もやし) ハムチーズカツ 野菜炒め みかん</p> <p>【赤】 鶏ささ身,卵,ハム,チーズ,ツナ缶 【黄】 精白米,砂糖 【緑】 もやし,わかめ,ピーマン,玉ねぎ,人参 キャベツ,いんげん,ひじき,みかん</p> <p>麦茶 * 巻きずし</p>	<p>2 麦ご飯 根菜カレー バナナ</p> <p>【赤】 鶏肉,鶏レバー 【黄】 精白米,おし麦,さつまいも,バター 【緑】 玉ねぎ,にんじん,れんこん バナナ</p> <p>パンダミルク * 田芋ロール</p>	<p>3 ハンダマご飯 もずくスープ チキンの照り焼き 人参シリシリ 福豆</p> <p>【赤】 沖縄豆腐,鶏もも肉,しらす,牛乳 【黄】 精白米,ごま油 【緑】 沖縄もずく,かいわれ大根,にんじん</p> <p>パンダミルク * 節分あられ</p>	<p>4 野菜そば かぼちゃ含め煮 ミニゼリー</p> <p>【赤】 豚かた赤肉,かまぼこ 【黄】 沖縄そば,三温糖 【緑】 にんじん,キャベツ,もやし かぼちゃ</p> <p>野菜ジュース * たんぱくあくる</p>
<p>6 麦ご飯 なめこ汁(長ネギ) ジャンボオムレツ 野菜炒め みかん</p> <p>【赤】 豆腐,卵,豚肉,ツナ缶,EM牛乳 【黄】 精白米,押麦,じゃが芋,ライ麦全粒 【緑】 なめこ,ねぎ,青・赤ピーマン,人参 もやし,玉ねぎ,さやいんげん,みかん</p> <p>EM牛乳 * グラムクッキー</p>	<p>7 ご飯 みそ汁(白菜/油あげ) 揚げ魚のあんかけ さつまいもの甘辛煮 たんかん</p> <p>【赤】 油揚げ,白身魚,豚肉 【黄】 精白米,さつまいも,ピーマン,ごま油 【緑】 はくさい,にんじん,玉ねぎ ピーマン,たんかん</p> <p>豆乳 * 焼き小あじ/チーズ</p>	<p>8 ご飯 すまし汁(小松菜/しめじ) レバーの炒め物 わかめと春雨のサラダ ミニゼリー</p> <p>【赤】 豚レバー,ツナ缶,卵,牛乳 【黄】 精白米,三温糖,はるさめ,バター 【緑】 小松菜,しめじ,人参,玉ねぎ,もやし 葉にんにく,きゅうり,わかめ,トマト</p> <p>パンダミルク * スコーン</p>	<p>9 ご飯 そうめん汁 鯖の竜田揚げ 野菜炒め バナナ</p> <p>【赤】 さば,きな粉 【黄】 精白米,そうめん,三温糖,ごま油 【緑】 ねぎ,こまつな,にんじん,エリンギ</p> <p>パンダミルク * じゃこトースト</p>	<p>10 麦ご飯 ビーフシチュー 大根ときゅうりの和え物</p> <p>【赤】 牛かた肉,豚レバー,クリーム 【黄】 精白米,押麦,じゃが芋,バター 【緑】 にんじん,玉ねぎ,しめじ,ピーマン きゅうり,大根</p> <p>パンダミルク * ドラ焼き</p>	<p>11 建国記念の日</p> 
<p>13 麦ご飯 みそ汁(生揚げ/ねぎ) 肉じゃが ゆかり和え ブルー</p> <p>【赤】 生揚げ,牛ひき肉,豚肉 【黄】 精白米,押麦,じゃが芋,しらたき 【緑】 ねぎ,わかめ,玉ねぎ,にんじん きゅうり,ブルー,ひじき</p> <p>EM牛乳 * スイートポテト</p>	<p>14 お弁当会</p>  <p>野菜ジュース * せんべい</p>	<p>15 五目ご飯 すまし汁(しめじ/みつば) 豆腐ハンバーグ 茹でブロッコリー ハートカップゼリー</p> <p>【赤】 油揚げ,沖縄豆腐,ツナ缶 【黄】 精白米,こんにゃく,さつまいも 【緑】 人参,ごぼう,しいたけ,しめじ,えのき みつば,ブロッコリー,バナナ</p> <p>パンダミルク * ハートのコロック</p>	<p>16 納豆ごはん ソーキ汁 白菜の和え物 たんかん</p> <p>【赤】 納豆,豚肉ソーキ,竹輪 【黄】 精白米,おし麦 【緑】 なが昆布,にんじん,大根,しいたけ はくさい,きゅうり,たんかん</p> <p>パンダミルク * そうめんチャンブル</p>	<p>17 ロールパン ボルシチ しらすのサラダ</p> <p>【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 【緑】 にんじん,玉ねぎ,しめじ さやいんげん,こまつな,コーン</p> <p>パンダミルク * じゅーしーおにぎり</p>	
<p>20 麦ご飯 みそ汁(小松菜/じゃがいも) チキンのケチャップ煮 ひじき炒め パイン缶</p> <p>【赤】 鶏手羽,ツナ缶,EM牛乳 【黄】 精白米,押麦,じゃが芋,さつまいも 【緑】 こまつな,玉ねぎ,ひじき,にんじん ねぎ,パイン缶</p> <p>EM牛乳 * ミニクレープ</p>	<p>21 あわご飯 すまし汁(大根/かいわれ) 鮭のマヨネーズ焼き 野菜炒め バナナ</p> <p>【赤】 ベにざげ,ベーコン,牛乳 【黄】 精白米 【緑】 大根,かいわれ,しめじ,玉ねぎ しゅんぎく,にんじん,もやし,バナナ</p> <p>ヤクルト * 誕生日ケーキ</p>	<p>22 ご飯 アーサ汁 トンカツ 野菜炒め いよかん</p> <p>【赤】 沖縄豆腐,豚ひき肉,卵,牛乳 【黄】 精白米,白玉粉,三温糖,バター 【緑】 あおさ,にんじん,もやし ブロッコリー,いよかん,かぼちゃ</p> <p>パンダミルク * 蒸しカップケーキ</p>	<p>23 スパゲティナポリタン コーンスープ 粉ふきもち ミニゼリー</p> <p>【赤】 ウィンナー,チーズ 【黄】 スパゲティ麺,じゃが芋,もち米 【緑】 にんじん,玉ねぎ,トマト,ピーマン コーン,キャベツ,あおのり</p> <p>麦茶 * みそおにぎり</p>	<p>24 麦ご飯 親子どんぶり 菜の花の和え物 みかん</p> <p>【赤】 鶏肉,卵,牛乳 【黄】 精白米,おし麦 【緑】 にんじん,玉ねぎ,ピーマン,白ねぎ, 菜花,もやし,みかん</p> <p>パンダミルク * クリームパン</p>	<p>25 麦ご飯 大豆と鶏肉のカレー もずく酢</p> <p>【赤】 鶏肉,大豆,牛乳 【黄】 精白米,押麦,強力粉,黒砂糖 【緑】 玉ねぎ,ピーマン,セロリ,人参 トト,沖縄もずく,きゅうり,みかん</p> <p>ラックミー * カステラ</p>
<p>27 麦ご飯 魚汁 きんぴら風煮 ぼんかん</p> <p>【赤】 たい,鶏ひき肉,EM牛乳 【黄】 精白米,押麦,食パン,バター 【緑】 からしな,ごぼう,にんじん れんこん,ぼんかん</p> <p>EM牛乳 * コーンフレーク</p>	<p>28 ちりめん寿司 みそ汁(冬瓜/ねぎ) 炒りどり みかん</p> <p>【赤】 卵,しらす,鶏肉,牛乳 【黄】 精白米,砂糖,ごま,さといも 【緑】 にんじん,しそ,冬瓜,ねぎ,ごぼう, たけのこ,さやいんげん,みかん</p> <p>パンダミルク * 野菜天ぷら</p>	<p>2017年 ぶどうの木保育園</p> <p>2月の献立</p> <p>※ 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>			