

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
★土曜保育★	<p>■米飯 精白米</p> <p>■チキン南蛮 チキン南蛮</p> <p>■ごぼうの味噌炒め ごぼう 玉葱 人参 イナムルチ 豚こま肉</p> <p>■インゲンのサラダ いんげん かに棒 フレンチドレッシング</p> <p>■もずくのすまし汁 おきなわもずく(塩蔵塩抜き) 大根の葉カット</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■青魚のバター照り焼き 赤魚 パセリ(乾)</p> <p>■八宝菜 白菜 人参 にら(生) 干しいたけ たけのこ えだまめ むきえび うずら卵(水煮)</p> <p>■菜の花の和え物 菜の花 焼き竹輪 和風野菜ドレッシング</p> <p>■冬瓜のみそ汁 冬瓜 青ねぎ</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■豚肉のみどり酢タレ 豚 肩ロース(脂身付生)</p> <p>■青菜ときのこのソテー きゅうり</p> <p>■青菜ときこのソテー 小松菜 きのこミックス 玉葱 人参 チキアギ</p> <p>■もやしゆかり和え 大豆もやし ゆかり</p> <p>■キャベツの味噌汁 キャベツ 油揚げ</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■ホキの梅しそ焼き ホキ 山海ふし しそ</p> <p>■切干大根の洋風炒め煮 切干しいごん ミニプロコリー 人参 ベーコン</p> <p>■マカロニサラダ シェルマカロニ ミックスベジタブル 胡麻ドレッシング</p> <p>■白菜のみそ汁 白菜 青ネギ</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■緑黄色野菜と豆腐のふわりと揚げ 緑黄色野菜と豆腐のふわりと揚げ</p> <p>■炒り鶏 ごぼう 人参 いんげん 干しいたけ 若鶏肉 もも(皮付)</p> <p>■大根の和え物 大根 なると 和風おろしドレッシング</p> <p>■青菜のみそ汁 小松菜 豚 ひき肉</p>	★土曜保育★
おやつ	牛乳	牛乳	牛乳 果物	牛乳	牛乳	
★土曜保育★	<p>■米飯 精白米</p> <p>■若鶏のしそ天ぷら 若鶏のしそ天ぷら</p> <p>■白菜の味噌クリーム煮 白菜 いんげん 人参 ベーコン マッシュルーム(水煮) 普通牛乳</p> <p>■ひじきのゆず和え ほしひじき きゅうり コーン おろしゆず(ノンオイル)</p> <p>■青菜のみそ汁 小松菜 油揚げ</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■赤魚のマヨネーズ焼き 赤魚 マヨネーズ パセリ(乾)</p> <p>■青菜と豆腐の中華炒め チンゲンツァイ 玉葱 赤ピーマン 厚揚げ ライツツナ缶</p> <p>■キャベツサラダ キャベツ 人参 フレンチドレッシング</p> <p>■ワカメスープ わかめ</p>	<p>■カレーライス 精白米 豚 ひき肉 じゃがいも 玉葱 人参 カレーウ</p> <p>■菜の花のゆず味噌和え 菜の花 油揚げ ゆず味噌ドレッシング</p> <p>■ゼリー 青りんごゼリー</p>	<p>★建国記念日★</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■鶏竜田揚げ 若鶏の竜田揚げ</p> <p>■春雨のオイスター炒め はるさめ 玉葱 小松菜 MIXピーマン 豚 ひき肉</p> <p>■マカロニサラダ シェルマカロニ 5種豆ミックス シーザードレッシング</p> <p>■高野豆腐のみそ汁 高野豆腐 青ネギ</p>	★土曜保育★
おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
★土曜保育★	<p>■米飯 精白米</p> <p>■ホキのネギ焼き ホキ 白ねぎ</p> <p>■千切りイリチー 細切り昆布 切干しいごん 人参 豚こま肉</p> <p>■オクラ和風サラダ オクラ コーン 野菜ドレ(ノンオイル)</p> <p>■じゃがいものみそ汁 じゃがいも 油揚げ 青ネギ</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■豚肉のトマトドレッシングがけ 豚肩ロース 玉葱</p> <p>■パッチョレトマト ピーマン いんげん 赤ピーマン きくらげ(乾) ペペーはたて</p> <p>■人参サラダ 人参 玉葱 中華ドレッシング</p> <p>■大根の味噌汁 大根 大根の葉</p>	<p>■ジュース 精白米</p> <p>■豚肉・人参・椎茸・油揚げ・ひじき たら パセリ(乾) レモン</p> <p>■じゃが芋のカレー煮 じゃがいも 玉葱 人参 グリンピース 若鶏肉 もも(皮付) カレー粉</p> <p>■プロコリーの和え物 ミニプロコリー ゆず味噌ドレッシング</p> <p>■中華スープ 干しいたけ ベーコン 青ねぎ</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■鶏つくね焼き 若鶏肉 ひき肉 玉葱 鶏卵(全卵生)</p> <p>■ほうれん草ソテー ほうれん草 人参 きのこミックス 豚こま肉</p> <p>■大根の和え物 大根 なると 中華ドレッシング</p> <p>■玉ねぎの味噌汁 玉葱 大根の葉</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■カレイの照り焼き カレイ</p> <p>■野菜スープ煮 ミニプロコリー 人参 玉葱 マッシュルーム(水煮) ウインナーソーセージ</p> <p>■白菜のゆず和え 白菜 赤ピーマン 野菜ドレ(ノンオイル)</p> <p>■卵のみそ汁 鶏卵(全卵生) 青ねぎ</p>	★土曜保育★
おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	お誕生会ケーキ 牛乳	牛乳	
★土曜保育★	<p>■米飯 精白米</p> <p>■緑黄色野菜と豆腐のふわりと揚げ 緑黄色野菜と豆腐のふわりと揚げ</p> <p>■鶏のレバー炒め 鶏きも煮(国産) キャベツ 人参</p> <p>■スパゲティサラダ スパゲティ1.6mm 玉葱 グリンピース 白ハム マヨネーズ</p> <p>■大根の味噌汁 大根 大根の葉</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■白身魚の西京焼き ホキ 海鮮西京漬</p> <p>■ほうれん草ソテー ほうれん草 玉葱 人参 ベーコン</p> <p>■南瓜サラダ 西洋かぼちゃ シーザードレッシング</p> <p>■なめこ味噌汁 なめこ水煮 青ネギ</p>	<p>■沖繩そば 沖繩そば 沖繩そばだし 豚三枚肉 丸長かまぼこ 青ねぎ</p> <p>■いんげんの和え物 いんげん コーン フレンチドレッシング</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■赤魚のマヨネーズ焼き 赤魚 マヨネーズ 粒入りマスタートード パセリ(乾)</p> <p>■青菜と豆腐の旨煮 チンゲンツァイ 人参 厚揚げ 豚こま肉</p> <p>■ナスの薬味たれ 揚げナス 青ねぎ</p> <p>■もずくのみそ汁 おきなわもずく(塩蔵塩抜き)</p>	<p>■米飯 精白米</p> <p>■お好みオムレツ 鶏卵(全卵生) キャベツ 豚 ひき肉 マヨネーズ あおのり(素干し)</p> <p>■切干大根の洋風炒め煮 切干しいごん ミニプロコリー 人参 ベーコン</p> <p>■菜の花の和え物 菜の花 焼き竹輪 ゆず味噌ドレッシング</p> <p>■南瓜の味噌汁 日本かぼちゃ</p>	★土曜保育★
おやつ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
★土曜保育★	<p>■米飯 精白米</p> <p>■ホキの蒲焼 ホキ きざみのり</p> <p>■ごぼうの炒め煮 ごぼう 人参 えだまめ イナムルチ 焼き竹輪</p> <p>■オクラの削り節和え オクラ 糸かつお 野菜ドレ(ノンオイル)</p> <p>■高野豆腐の味噌汁 高野豆腐 大根の葉</p>					
おやつ	ゴマスティック 牛乳					