



# 12がつ こんだてひょう



令和2年 北今泉保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	14・28	牛乳 クラッカー	ポトフ 小松菜のマヨネーズ和え 果物	鶏肉・ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・きゃべつ・ブロッコリー・塩P・醤油・コンソメ 小松菜・大根・人参・油揚げ・すりごま・マヨネーズ・砂糖・酢 オレンジ	ごはん	牛乳・ココアケーキ (白玉粉・小麦粉・BP・ココア・ 卵・バター・砂糖)
火	1・15	牛乳 バナナ	魚のムニエルタルタルソースかけ 添え野菜 もやしの味噌汁	魚の切り身・塩こしょう・小麦粉・油・卵・玉ねぎ・パセリ・マヨネーズ・レモン汁・ケチャップ・砂糖 きゃべつ・胡瓜・トマト もやし・厚揚げ・人参・乾燥若布・にら・味噌・煮干	ごはん	牛乳 チーズ せんべい
水	2・16	牛乳 コーンフレーク	牛ひき肉と豆のチリソース風煮 胡瓜とリンゴのサラダ 卵スープ	トマトの水煮・ゆで大豆・じゃが芋・人参・玉ねぎ・牛ひき肉・にんにく・ケチャップ・ウスターソース 胡瓜・りんご・人参・ハム・油・砂糖・酢・醤油 / スキムミルク・塩P・油・パセリ・粉チーズ 卵・人参・(乾)わかめ・ねぎ・醤油・コンソメ	ごはん	牛乳・オレンジゼリー・クッキー (アガー・砂糖・オレンジジュース・ミカン缶)
木	3・17	牛乳 ビスケット	魚の煮付け/添え野菜 ほうれん草の白和え きのこのスープ	魚の切り身・生姜・大根・人参・砂糖・みりん・醤油 ほうれん草・豆腐・胡瓜・人参・ごま・砂糖・みりん・味噌 かまぼこ・しめじ・えのき・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 カステラ
金	4・18	牛乳 飲むヨーグルト	カブのクリームシチュー おからサラダ 果物	鶏肉・かぶ・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・油・シチューの素 おから・ロースハム・胡瓜・卵・油・マヨネーズ・塩コショウ みかん	パン	お茶 コーン入りごはん (米・ホールコーン・塩・シーチキン)
土	5・19	牛乳	カレーうどん おかかサラダ 果物	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ほうれん草・油・カレールー・醤油 胡瓜・人参・かつお節・醤油・マヨネーズ パン缶		牛乳 スティックパン
月	7・21	牛乳 卵ボーロ	とろーりチーズのポークケチャップ 大根サラダ もずくのすまし汁	豚肉・玉ねぎ・酒・片栗粉・ケチャップ・醤油・砂糖・溶けるチーズ 大根・ツナ缶・胡瓜・人参・酢・油・醤油・砂糖・塩こしょう もずく・えのき・人参・ねぎ・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	牛乳・野菜蒸しケーキ (人参ジュース・卵・牛乳・小麦 粉・BP・砂糖・バター)
火	8・22	飲むヨーグルト	魚のかわりフライ 二色野菜の香味漬け 青菜の味噌汁	白身魚・塩コショウ・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 キャベツ・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 青菜・えのき・玉葱・油揚げ・味噌・煮干	ごはん	ココア牛乳 バナナ クッキー
水	9・23	牛乳 せんべい	チキンカツ 添え野菜 かぼちゃの味噌汁	鶏肉・塩コショウ・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 カラーピーマン・きゃべつ・きゅうり (乾)わかめ・カボチャ・油揚げ・人参・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	お茶 ぜんざい (あずき・砂糖・塩・あられ)
木	10	牛乳 パン缶	魚の西京焼き 大豆とひじきの炒り煮 ほうれん草のスープ	白身魚・味噌・みりん・酒・砂糖・油 ゆで大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・干し椎茸・砂糖・醤油・酒 ほうれん草・玉ねぎ・人参・しめじ・葱・醤油・塩P・鶏がら	ごはん	牛乳・スキムミルク入り大学芋 (さつま芋・油・スキムミルク・ バター・砂糖)
金	11・25	牛乳 チーズ	白菜と肉団子のスープ カボチャサラダ 果物	鶏ミンチ・卵・豆腐・片栗粉・葱・白菜・ほうれん草・人参・干し椎茸・春雨 カボチャ・胡瓜・人参・ちくわ・マヨネーズ・塩こしょう / 醤油・酒・塩・鶏がら みかん	ごはん	牛乳 ジャムサンド (食パン・イチゴジャム)
土	12・26	牛乳	ちゃんぽん ピーマンの昆布和え 果物	中華麺・豚肉・イカ・卵・きゃべつ・人参・玉ねぎ・干し椎茸・もやし・葱 きゅうり・塩昆布 /ごま油・醤油・塩P・鶏がら りんご		牛乳 ミニパン
誕生会	24	牛乳 ビスケット	ベーコンライス・果物 マカロニサラダ・ミニゼリー から揚げ・豆腐のスープ	ベーコン・ミックスベジタブル・玉ねぎ・コンソメ・バター・ケチャップ・塩コショウ / みかん マカロニ・胡瓜・人参・卵・マヨネーズ/ミニゼリー 手羽元・から揚げ粉・片栗粉・油 / えのき・豆腐・人参・葱・醤油・鶏がら	ごはん	牛乳 お楽しみ！ 

\* 行事等により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。