



令和2年 清武中央こども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食		主食	3時 おやつ
月	3 17	牛乳 バナナ	ビーフンスープ かみかみサラダ レバーの甘辛煮	ビーフン・豚肉・玉ねぎ・人参・生しいたけ・チンゲン菜・醤油・塩P ソフトさいか・キャベツ・人参・胡瓜・マヨネーズ・塩 / 鶏がら・ごま油 レバー・生姜・にら・砂糖・醤油・カレー粉	ごはん	牛乳 大学芋 (さつま芋・砂糖・醤油)
火	4 18	牛乳 クラッカー	いり鶏 甘酢きゃべつ 豆腐のみそ汁	鶏肉・里芋・人参・レンコン・干しいたけ・インゲン・こんにゃく・油・砂糖・醤油・みりん キャベツ・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・塩・(醤油・レモン汁) 豆腐・しめじ茸・(乾)わかめ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 果物(日向夏) かりんとう
水	5 19	牛乳 あられ	いかと大根の煮物 春雨の酢の物 じゃがいものみそ汁	いか・大根・人参・切り昆布・砂糖・醤油・酒・出し汁 春雨・胡瓜・人参・かにかま・ごま・砂糖・酢・醤油・塩 じゃが芋・玉ねぎ・厚揚げ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・ウインナーボール (ホットケーキミックス・ウインナー 油・卵・塩・豆乳)
木	6 20	牛乳 チーズ	ミルク鍋 千切り大根の含め煮 果物(みかん)	ベーコン・鶏肉・白菜・かぼちゃ・人参・しめじ茸・長ネギ・豆乳・味噌・煮干し ツナ缶・千切り大根・インゲン・人参・油揚げ・干しいたけ・油・砂糖 みかん / 醤油・みりん・出し汁	ごはん	牛乳 果物(イチゴ) 丸ボーロ
金	7 21	ヨーグルト	魚のカレームニエル 白菜の塩昆布和え もやしの中華風スープ	魚の切り身・塩P・カレー粉・小麦粉・バター・油 白菜・人参・胡瓜・ホールコーン・塩昆布・砂糖・ごま油・醤油・酢 もやし・豆腐・人参・生椎茸・葱・醤油・塩・煮干し・ごま油	ごはん	牛乳 ロールケーキ
土	8 22	牛乳 お菓子	五目うどん きゅうりのたたき漬け 果物(みかん缶)	うどん・鶏肉・卵・(乾)わかめ・人参・生しいたけ・葱・醤油・みりん・煮干し 胡瓜・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 みかん缶		お茶 リングドーナツ
月	10	牛乳 コーンフレーク	肉じゃが ほうれん草の菜の花風あえ わかめのみそ汁	牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・インゲン・油・砂糖・醤油・みりん ほうれん草・人参・卵・油・ごま・砂糖・醤油・酒・酢 (乾)わかめ・もやし・豆腐・にら・味噌・煮干し	ごはん (バター・卵・ホットケーキミックス・南瓜・シロップ)	牛乳 パンプキンマフィン
火	25	牛乳 せんべい	おび天 添)ブロッコリー、トマト すまし汁	魚のすり身・豆腐・生姜・インゲン・ごぼう・味噌・黒砂糖・片栗粉・卵・揚げ油 ブロッコリー・トマト 玉ねぎ・かまぼこ・エノキ茸・葱・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	飲むヨーグルト 果物(バナナ)
水	12 26	牛乳 卵ボーロ	タンドリーチキン 添)レタス スパゲティサラダ パンプキンスープ	鶏モモ肉・にんにく・生姜・ケチャップ・ヨーグルト・カレー粉・塩P・醤油・油 レタス / サラスパ・ツナ・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩P 南瓜・玉ねぎ・ベーコン・パセリ・牛乳・塩P・醤油・煮干し(鶏がら)	パン	お茶 ごまじゃこおにぎり (米・しらす・ごま・ゆかり)
木	13 27	ヨーグルト	魚のマヨネーズ焼き こぎつねサラダ きのこのスープ	魚の切り身・塩P・油・マヨネーズ・卵・片栗粉・青のり 油揚げ・白菜・人参・ほうれん草・かつお節・ごま・酢・醤油・砂糖 エリンギ・しめじ茸・玉ねぎ・人参・葱・醤油・塩P・煮干し	ごはん	牛乳 果物(りんご) せんべい
金	28	牛乳 ビスケット	とんかつ 添え(キャベツ、トマト) みそ汁	豚肉・塩P・小麦粉・卵・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・みりん・砂糖 キャベツ・トマト 大根・油揚げ・人参・葱・味噌・煮干し	ごはん	お茶 フルーチェ(イチゴ味) クラッカー
土	15 29	牛乳 お菓子	キャベツとツナの Pasta ポパイスープ 果物(みかん)	スパゲティ・ツナ・キャベツ・玉ねぎ・人参・油・にんにく・醤油・塩P ほうれん草・豆腐・ベーコン・醤油・塩P・鶏がら / みりん・もみのり みかん		お茶 スティックパン
誕生会	14	牛乳 せんべい	チキンカツカレー スパゲティサラダ・ブロッコリー 果物・ヤクルト	豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・カレールー・鶏ささ身肉・卵・小麦粉・パン粉・油 胡瓜・スパゲティ・人参・マヨネーズ・ハム/ブロッコリー 茸 / ヤクルト		牛乳 バームクーヘン



都合によりメニューが、変わることがあります。ご了承ください。

1日は保育参観の為、メロンパン・りんごジュースです