



9月 こんだて表



平成29年9月清武中央こども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材料	主食	3時 おやつ
月	11 25	飲むヨーグルト お菓子	牛肉ときゃべつのプルコギ 納豆 きのこのスープ	牛肉・きゃべつ・もやし・人参・にら・ピーマン・ごま油・焼肉のたれ・酒 みりん・ごま(片栗粉)/ 納豆・だし割りしょうゆ エリンギ・しめじ茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・しょうゆ・塩こしょう・煮干	ごはん	牛乳 梨 せんべい
火	12 26	牛乳 あられ	魚の香り焼き 添え)レタス 春雨の酢の物 かぼちゃのみそ汁	魚切り身・黒ごま・にんにく・生姜・ねぎ・砂糖・酒・しょうゆ・みりん/ レタス 春雨・きゅうり・ホールコーン・カニカマ・ごま・砂糖・酢・しょうゆ・塩 かぼちゃ・油揚げ・玉葱(乾)わかめ・ねぎ・みそ・煮干	ごはん	お茶 みるくっこ (牛乳・片栗粉・きなこ・砂糖)
水	13 27	牛乳 チーズ	ポークソテーの和風ソース ゆで野菜(きゃべつ・人参) ベーコンチャウダー	豚肉・しょうが・しょうゆ・酒・油・みそ・砂糖・ケチャップ・水・片栗粉・玉ねぎ きゃべつ・人参 ベーコン・玉ねぎ・じゃが芋・人参・パセリ・バター・小麦粉・牛乳・塩こしょう・鶏がら・醤油	ごはん	お茶 おはぎ(もち米・きなこ・砂糖)
木	14 28	牛乳 ビスケット	白身魚のチーズフライ ほうれん草ともやしのごま和え すまし汁	白身魚・塩こしょう・醤油・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 ほうれん草・もやし・人参・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・しょうゆ そうめん・生椎茸・カイワレ菜・人参・しょうゆ・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳 ロールカステラ
金	1 29 ※15	牛乳 果物(バナナ)	カレーライス おかかサラダ みかん缶	豚肉・人参・玉ねぎ・ジャガイモ・ピーマン・カレールー・油 きゅうり・人参・かつお節・しょうゆ・マヨネーズ みかん缶	ごはん	牛乳・ピザトースト (食パン・ケチャップ・ツナ缶) (ピーマン・玉葱・とろけるチーズ)
土	2 30	牛乳 クッキー	スパゲティナポリタン 果物(バナナ) かきたま汁	スパゲティ・ウインナー・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム缶・油 ケチャップ・塩こしょう/ バナナ えのき茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・卵・しょうゆ・塩・煮干		お茶 スティックパン
月	4	牛乳 卵ボーロ	三色揚げ 添え(きゃべつ・トマト・きゅうり) 中華風スープ	むきえび・酒・ホールコーン・(冷)むき枝豆・さつま芋・小麦粉・卵・塩・油 きゃべつ・トマト・きゅうり・塩・レモン汁・マヨネーズ 玉ねぎ・人参・にら・えのき茸・しょうゆ・ごま油・塩こしょう・鶏がら	ごはん	牛乳 バナナ かりかりいりこ
火	5 19	飲むヨーグルト お菓子	里芋の煮ころがし ツナコーンサラダ もやしのみそ汁	里芋・合びきミンチ・人参・千切り大根・インゲン・砂糖・しょうゆ・みりん 片栗粉・だし汁/ きゃべつ・きゅうり・ツナ缶・ホールコーン・しょうゆ・砂糖・ごま油・酢 もやし・豆腐(乾)わかめ・葱・人参・味噌・煮干	ごはん	牛乳 フルーツゼリー (寒天パパ・パイン缶)
水	6 20	牛乳 クッキー	高野豆腐の卵とじ レバーの甘辛煮 青菜のみそ汁	高野豆腐・鶏肉・玉ねぎ・干し椎茸・人参・ねぎ・卵・油・砂糖・しょうゆ レバー・にら・しょうが・砂糖・醤油・酒(カレー粉) 青菜・油揚げ・人参・みそ・煮干	ごはん	牛乳 ふかし芋
木	7 21	牛乳 ウエハース	チキン南蛮 添え(レタス・トマト・胡瓜) 豆腐のすまし汁	鶏肉・塩こしょう・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・しょうゆ・しょうが・だし汁・卵 パセリ・玉ねぎ・マヨネーズ・砂糖・レモン汁/ レタス・トマト・胡瓜 豆腐・かまぼこ・干し椎茸・ほうれん草・しょうゆ・塩・みりん・煮干	ごはん	お茶 カップヨーグルト クッキー
金	22	牛乳 おかき	鮭のみそバター焼き 千切り大根のサラダ 野菜スープ	鮭切り身・バター・みそ・砂糖・酒・しょうゆ・しょうが汁 千切り大根・赤ピーマン・胡瓜・シーチキン・プロセスチーズ・酢・醤油・油 レタス・玉ねぎ・ホールコーン・人参(乾)わかめ・しょうゆ・塩こしょう・鶏がら	ごはん	牛乳・豆ちゃんケーキ (ホットケーキミックス・卵) (スキムミルク・バター・甘納豆)
土	9	牛乳 ビスケット	鶏煮うどん 果物(みかん缶) きゅうりとちくわの酢の物	鶏肉・玉ねぎ・人参・椎茸・ねぎ・うどん・醤油・みりん・煮干し みかん缶 きゅうり(乾)わかめ・ちくわ・ごま・酢・砂糖・しょうゆ		お茶 ミニパン
誕生会	8 (金)	牛乳 せんべい	ちらし寿司 魚の磯辺揚げ/すまし汁 スパゲティサラダ / 果物	ごぼう・人参・油揚げ・干し椎茸・かまぼこ・ちりめん・しょうゆ・砂糖・酢・塩 白身魚・塩こしょう・小麦粉・卵・青のり・油/ お麩・人参・ねぎ・煮干・しょうゆ スパサラ・きゅうり・ロースハム・きゃべつ・マヨネーズ/ ぶどう	ごはん	お茶 アイスクリーム ウエハース



※15日は麦飯カレーの日です。麦ごはんを炊きますので、お弁当の園児さんも、ご飯はいりません。