



ワがっ
こんだてびょう



平成25年7月1日

清武中央保育園

曜日	日	9:15未満児おやつ	副食	材 料	未満児	3時 おやつ
月	1	牛乳	魚の甘煮 彩りサラダ	魚切り身・砂糖・醤油・生姜・みりん 胡瓜・人参・コーン缶・マヨネーズ・塩	ご飯	牛乳 ボンデケーション (小麦粉・粉チーズ牛乳)
火	29	牛乳 あられ	さつま汁・果物(メロン)	鶏肉・人参・じゃが芋・玉葱・油揚げ・ごぼう・葱・味噌・煮干し/メロン	ご飯	牛乳 ムーンライト
水	3	ヨーグルト	マーボー豆腐 ハムともやしの中華和え スープ	豚ミンチ・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・いんげん・にんにく・生姜・味噌・砂糖・醤油・ごま油・片栗粉 ハム・もやし・胡瓜・春雨・卵・砂糖・酢・醤油・油 人参・えのき茸・ニラ・乾燥ワカメ・醤油・煮干し	ご飯	お茶 バナナ クッキー
木	4	牛乳 ビスコ	魚の南蛮 南瓜の甘煮 豆腐と青菜の味噌汁 ズッキーニ入り味噌炒め キャベツのゆかり和え ソーメンのすまし汁	魚の切り身・塩・片栗粉・揚げ油・玉葱・トマト・砂糖・酢・醤油・だし汁 南瓜・砂糖・醤油・だし汁 豆腐・青菜・人参・味噌・煮干し 豚肉・玉葱・ズッキーニ・ピーマン・カラーピーマン・茄子・人参・生姜・油・砂糖・味噌 キャベツ・人参・ゆかり粉 ソーメン・かまぼこ・卵・葱・醤油・だし昆布・かつおぶし	ご飯	牛乳 チーズトースト (マヨネーズ・チーズ・パセリ)
金	5	牛乳 卵ボーロ	大豆と魚の揚げ煮 トマトの甘酢づけ チンゲン菜の味噌汁	さつま芋・ゆで大豆・魚の切り身・グリーンピース・片栗粉・揚げ油・砂糖・醤油・ごま・だし汁 トマト・玉葱・パセリ・砂糖・酢・塩・油 青梗菜・厚揚げ・人参・えのき茸・乾燥若布・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 フルーツインゼリー (アガー・パイン缶・みかん缶)
土	6	牛乳	サラダうどん 添)トマト オニオンスープ	うどん・レタス・胡瓜・ツナ缶・レモン汁・卵・焼き油・酢・油・醤油・砂糖・りんご・玉葱・ごま トマト 玉葱・人参・ベーコン・貝割れ菜・(塩・P)・醤油・煮干し		お茶 クロワッサン
月	8	牛乳 せんべい	八宝菜 コーンスープ 果物	豚肉・えび・卵・キャベツ・玉葱・人参・ゆでたけのこ・干し椎茸・葱 ごま油・砂糖・醤油・だし汁・片栗粉	ご飯	牛乳 ココアケーキ (白玉粉・小麦粉・卵・ココア)
火	9	牛乳 チーズ	いりどり きゃべきゃべサラダ 小松菜の味噌汁	ホールコーン・クリームコーン・玉葱・バター・人参・牛乳・パセリ・(塩・P)・ぶどう じゃが芋・鶏肉・人参・牛蒡・干し椎茸・グリーンピース・炒め油・砂糖・醤油・みりん キャベツ・人参・ホールコーン・ツナ缶・マヨネーズ 小松菜・豆腐・油揚げ・味噌・煮干し	ご飯	お茶 西瓜 クラッカ
水	10	牛乳 メロン	野菜天 若布と胡瓜の酢の物 なすの味噌汁	魚すり身・玉葱・人参・ごぼう・ごま・卵・豆腐・小麦粉・片栗粉・味噌・黒砂糖 乾燥若布・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・(醤油)・みかん缶 茄子・えのき茸・油揚げ・葱・味噌・煮干し	ご飯	アイスクリーム ウエハース
木	11	ヨーグルト	ひじき入りハンバーグ 人参の甘煮・添えキャベツ 星の子スープ	合挽きミンチ・玉葱・ひじき・パン粉・牛乳・卵・油・ケチャップ・ソース・砂糖 人参・砂糖・バター / キャベツ おくら・玉葱・人参・えのき茸・醤油・煮干し	ご飯	お茶 ホワイトボンチ (バナナ・みかん缶・桃缶・カルピス)
金	26	牛乳 バナナ	鶏肉のワイン煮・添)レタス・トマト マセドアンサラダ パスタスープ	鶏肉・油・砂糖・醤油・(ワイン) レタス・トマト ロースハム・じゃが芋・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩・P パスタ・玉葱・エリンギ・人参・パセリ・塩・P・(醤油)	パン	牛乳 ごまかりんとう (小麦粉・卵・ごま・バター・牛乳)
土	13	牛乳 菓子	焼きピーマン ニラ入りかきたま汁 果物	ピーマン・豚肉・むきえび・玉葱・人参・ピーマン・カラーピーマン・干し椎茸・油・カレー粉・醤油 ごま油 塩コショウ・ごま油・中華だしの素 ニラ・ちくわ・人参・乾燥若布・卵・醤油・煮干し/ 桃缶		お茶 スティックパン
誕生会	12	牛乳 せんべい	ビーフカレー から揚げ 野菜サラダ・乳酸飲料	牛肉・人参・玉葱・じゃが芋・いんげん・カレールー・にんにく 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 レタス・胡瓜・人参・砂糖・レモン酢・醤油・油 / 乳酸飲料	ご飯	牛乳 りんごゼリー