



こんだてひょう



令和2年10月 南今泉保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	12 26	牛乳 チーズ	魚のムニエル ほうれん草とコーンのソテー 豚汁	魚の切り身・塩・こしょう・白ワイン・小麦粉・バター・油・レモン汁・砂糖・醤油 ほうれん草・人参・もやし・ホールコーン・油・醤油・塩・こしょう 豚肉・大根・人参・ごぼう・こんにゃく・豆腐・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・お芋ちゃん (さつま芋・上新粉・ 塩・油)
火	13 27	牛乳 バナナ	切り昆布煮 中華サラダ 豆腐のみそ汁	豚肉・人参・千切り大根・油揚げ・干し椎茸・こんにゃく・いんげん・切り昆布・砂糖・醤油・酒・だし汁 もやし・人参・きゅうり・ロースハム・砂糖・酢・醤油・ごま油 豆腐・南瓜・玉ねぎ・(乾)わかめ・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・フレンチトースト (食パン・卵・牛乳・ 砂糖・バター)
水	14 28	飲むヨーグルト	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ 果物	鶏肉・むきえび・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース・バター・小麦粉・牛乳・塩・こしょう・鶏がら レタス・人参・きゅうり・ロースハム・卵・油・酢・油・醤油・玉ねぎ・ごま・りんご・コーンフレーク みかん	パン	お茶・おにぎり・浅漬け (米・わかめご飯の素) (きゅうり・塩・砂糖・酢・醤油)
木	1 15 29(遠足)	牛乳 ビスコ	鶏肉のみそ焼き 添)野菜 スパゲティサラダ すまし汁	鶏肉・砂糖・味噌・みりん・酒・油・(白ごま) / レタス サラスパ・ツナ缶・レモン汁・きゅうり・人参・マヨネーズ・塩・こしょう 人参・しめじ茸・(乾)わかめ・小松菜・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 梨 かりんとう
金	2 30	牛乳 せんべい	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 香味漬け かきたま汁	魚一口大・塩・片栗粉・さつま芋・油・人参・グリーンピース・ホールコーン・砂糖・水 きゅうり・人参・酢・醤油・しょうが汁・ごま油 えのき茸・玉ねぎ・ねぎ・卵・醤油・(片栗粉)・煮干し	ごはん	飲むヨーグルト バナナ クラッカー
土	3 17 31	牛乳 ビスケット	きつねうどん きゃべつの和え物 果物	うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁・小松菜・人参・生椎茸・ねぎ・ きゃべつ・きゅうり・塩こんぶ / 醤油・みりん・煮干し りんご		牛乳 ステックパン
月	5 19	牛乳 卵ボーロ	大豆とひじきの炒り煮 三色和え 白菜のみそ汁	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・油・砂糖・醤油・酒 ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・醤油 白菜・厚揚げ・玉ねぎ・味噌・ねぎ・煮干し	ごはん	牛乳 りんご ビスケット
火	6 20	飲むヨーグルト	鶏肉のトマト煮 マセドアンサラダ たまごスープ	鶏肉・カットトマト・玉ねぎ・スパゲティ・油・にんにく・塩・こしょう・砂糖・ワイン・パセリ・(醤油) きゅうり・じゃが芋・人参・マヨネーズ・ヨーグルト・塩・こしょう 卵・しめじ茸・生椎茸・青菜・醤油・煮干し	ごはん	牛乳・クラッシュゼリー (アガー・砂糖・ぶどうジュース・水) パイン缶
水	7 21	牛乳 せんべい	魚の照り焼き ごぼうサラダ きゃべつのみそ汁	魚の切り・砂糖・醤油・みりん・油 ごぼう・(酢水)・きゅうり・かにかま・人参・ホールコーン・味噌・マヨネーズ・レモン汁・(ごま) きゃべつ・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・南瓜のパンケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー・南瓜 砂糖・卵・牛乳・バター・(レーズン) (チョコチップ)
木	8 22	牛乳 バナナ	ハンバーグ 添え野菜 オニオンスープ	牛・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・生椎茸・パン粉・卵・塩・コショウ・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 きゃべつ・きゅうり・トマト 玉ねぎ・人参・ベーコン・貝割れ菜・塩・こしょう・鶏がら	ごはん	お茶 カップヨーグルト
金	9 23	牛乳 コーンフレーク	豆腐の落とし揚げ ごまじゃこ和え お麩のすまし汁	豆腐・山芋・ツナ缶・ホールコーン・人参・卵・片栗粉・酒・塩・油 もやし・人参・きゅうり・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・醤油 麩・人参・ねぎ・生椎茸・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳・豆乳もち (豆乳・砂糖・片栗粉 きな粉・砂糖・塩)
土	10 24	牛乳 クッキー	豚肉と春雨の炒め煮 大根のみそ汁 果物	豚肉・春雨・玉ねぎ・赤ピーマン・にら・生椎茸・生姜・油・砂糖・醤油・酒 大根・油揚げ・(乾)わかめ・味噌・煮干し / 水(片栗粉)(ごま油) オレンジ	ごはん	牛乳 ミニパン
誕生会	16	牛乳 せんべい	さつま芋ご飯 鶏肉のさっぱり煮・春雨サラダ すまし汁・果物	米・さつま芋・塩・だし昆布・黒ごま 鶏もも肉・砂糖・醤油・酢・ケチャップ / 春雨・ロースハム・きゅうり・人参・マヨネーズ・塩・こしょう しめじ茸・えのき茸・卵・ねぎ・醤油・煮干し / ぶどう		牛乳 フルーツゼリー ミニサラダせんべい



* 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。