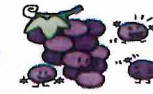




こんだてひょう



令和2年9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 | 14 28 | 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・玉ねぎ・しょうが・しょうゆ・酒・油・みそ・砂糖・ケチャップ・水・片栗粉 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P・鶏がら | ごはん | 牛乳 ふかし芋 |
| 火 | 1 15 29 | 牛乳 あられ | 魚の香り焼き 添え)レタス 千切り大根のサラダ かぼちゃのみそ汁 | 魚切り身・白ごま・にんにく・生姜・ねぎ・砂糖・酒・しょうゆ・みりん / レタス 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・リンゴ・玉ねぎ かぼちゃ・油揚げ・玉葱・(乾)わかめ・ねぎ・みそ・煮干 | ごはん | 牛乳 オレンジゼリー (アガー・砂糖・ジュース・水・みかん缶) |
| 水 | 2 30 | 牛乳 ビスケット | 牛肉ときゃべつのプルコギ きのこのスープ 果物 | 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) / 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/みかん缶 | ごはん | お茶 おはぎ(もち米・きなこ・砂糖) |
| 木 | 3 17 | 飲むヨーグルト | 白身魚のチーズフライ/添え野菜 ほうれん草ともやしのごま和え きゃべつのみそ汁 | 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 / レタス 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 きゃべつ・じゃがいも・(乾)わかめ・ねぎ・みそ・煮干 | ごはん | 牛乳 果物(梨) せんべい |
| 金 | 18 | 牛乳 果物(バナナ) | 鶏肉と大豆の煮込み おかかサラダ そうめんのすまし汁 スパゲティナポリタン | 鶏肉・ゆで大豆・厚揚げ・人参・干し椎茸・いんげん・大根・砂糖・しょうゆ・酒・みりん きゅうり・人参・かつお節・しょうゆ・マヨネーズ そうめん・生椎茸・三つ葉・人参・しょうゆ・みりん・塩・煮干 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 / えのき茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・卵・しょうゆ・塩・煮干 | ごはん | 牛乳・パインケーキ (小麦粉・B・P・砂糖・卵) スキムミルク・バター・パイン缶 |
| 土 | 5 19 | 牛乳 サブレ | かきたま汁 | えのき茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・卵・しょうゆ・塩・煮干 |  | 牛乳 スティックパン |
| 月 | 7 | 牛乳 卵ボーロ | 里芋の煮ころがし かみかみサラダ 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 / ソフトさきいか・きゃべつ・人参・きゅうり・マヨネーズ・塩 もやし・玉ねぎ・(乾)わかめ・葱・人参・味噌・煮干 | ごはん | お茶 マカロニあべかわ (マカロニ・きな粉・砂糖) |
| 火 | 8 | 飲むヨーグルト | 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・マヨネーズ 豆腐・干し椎茸・ほうれん草・しょうゆ・塩・みりん・煮干 | ごはん | 牛乳・バナナ かりかりいりこ (かえりいりこ・砂糖・バター) |
| 水 | 9 23 | 牛乳 おかき | 鮭のみそバター焼き ひじきの洋風サラダ 野菜スープ | 鮭切り身・バター・みそ・砂糖・酒・しょうゆ ひじき・しょうゆ・みりん・ツナ缶・レモン汁・きゅうり・もやし・人参・オリーブ油・酢・砂糖 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・ピザトースト (食パン・ケチャップ・ホールコーン ピーマン・玉葱・とろけるチーズ) |
| 木 | 10 24 | 牛乳 ビスコ | 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 豆乳蒸しパン (卵・砂糖・豆乳・油・小麦粉・B・P) |
| 金 | 11 25 | 牛乳 りんご | 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 | お茶 カップヨーグルト |
| 土 | 12 26 (運動会) | 牛乳 おせんべい | マーボーなす きゅうりとちくわの酢の物 果物 | なす・チンゲン菜・赤ピーマン・豆腐合挽きミンチ・しょうが・にんにく・ごま油・塩 こしょう・しょうゆ・水・片栗粉 きゅうり・(乾)わかめ・ちくわ・ごま・酢・砂糖・しょうゆ / パイン缶 | ごはん | 牛乳 クロワッサン |
| 誕生会 | 4 | 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 スパゲティ・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 ムース |
| 水 | 16 | 牛乳 ビスケット | 麦飯カレー おかかサラダ 果物 | 麦・豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ピーマン・油・カレールー きゅうり・人参・かつお節・しょうゆ・マヨネーズ パイン缶 | ごはん | お茶 マカロニあべかわ (マカロニ・きな粉・砂糖) |

* 16日は麦飯カレーの日となります。



行事等により献立を変更する場合がございます