



12がつ こんだてひょう



平成30年 北今泉保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	10	牛乳 クッキー	ポトフ かにかまと野菜の卵とじ 果物	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・キャベツ・ブロッコリー・塩こしょう・醤油・鶏がら かにかま・キャベツ・しめじ茸・玉ねぎ・卵・油・醤油 オレンジ		牛乳・野菜蒸しケーキ (ニンジンジュース・卵・小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖)
火	11 25	飲むヨーグルト	魚のムニエルタルタルソースかけ 添え野菜 もやしの味噌汁	魚の切り身・塩こしょう・小麦粉・油・卵・玉葱・パセリ・マヨネーズ・レモン汁・ケチャップ・砂糖 ブロッコリー・トマト もやし・厚揚げ・人参・乾燥若布・にら・味噌・煮干		牛乳 バナナ せんべい
水	12 26	牛乳 コーンフレーク	マーボー豆腐 胡瓜とリンゴのサラダ かきたま汁	豚ミンチ・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・グリーンピース・にんにく・生姜・味噌・砂糖・塩 胡瓜・りんご・人参・ハム・油・砂糖・酢・塩・こしょう・醤油・ごま油・片栗粉 卵・人参・ちくわ・乾燥若布・三つ葉・醤油・煮干		牛乳 焼き芋(12日) ジャムサンド(26日)
木	13 27	牛乳 ビスケット	魚の西京焼き 春雨の酢の物 ほうれん草のスープ	白身魚・味噌・みりん・油・酒・砂糖 春雨・胡瓜・人参・卵・油・ごま・砂糖・酢・醤油 ほうれん草・玉葱・人参・醤油・鶏がら・塩こしょう		ココア牛乳 (ココア・牛乳・砂糖) チーズ・りんご
金	14 28	牛乳 バナナ	チキンカツ 添え野菜 わかめの味噌汁	鶏肉・塩こしょう・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 キャベツ・トマト・ブロッコリー わかめ・カボチャ・油揚げ・人参・ねぎ・味噌・煮干し		牛乳 ふかし芋
土	15	牛乳	カレーうどん おかかサラダ	うどん・鶏肉・玉葱・人参・じゃが芋・ほうれん草・油・カレールウ・鶏がら 胡瓜・人参・かつお節・醤油・マヨネーズ		牛乳 スティックパン
月	3 17	牛乳 卵ボーロ	とろーりチーズのポークケチャップ 大根サラダ モズクのすまし汁	豚肉・玉ねぎ・酒・片栗粉・油・ケチャップ・醤油・砂糖・とろけるチーズ・パセリ 大根・ツナ缶・胡瓜・人参・酢・油・醤油・砂糖・塩こしょう モズク・えのき茸・人参・ねぎ・醤油・煮干し・だし昆布		牛乳・ココアケーキ 白玉粉・小麦粉・ココア・ベーキングパウダー・卵・バター・
火	4 18	飲むヨーグルト	魚の煮付け ほうれん草の白和え きのこのスープ	魚の切り身・生姜・砂糖・みりん・醤油・人参・大根・こんにゃく 豆腐・ほうれん草・胡瓜・人参・ごま・砂糖・みそ・みりん かまぼこ・しめじ茸・えのき茸・乾燥若布・葱・醤油・煮干		牛乳 カステラ
水	5 19	牛乳 せんべい	カブのクリームシチュー おからサラダ 果物	鶏肉・かぶ・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・バター・小麦粉・牛乳 おから・ロースハム・胡瓜・卵・油・マヨネーズ・塩こしょう パイン缶		お茶 コーンおむすび (米・ホールコーン・塩・シーチキン)
木	6 20	牛乳 バナナ	魚の変わりフライ 二色野菜の香味漬け 青菜のみそ汁	白身魚・塩・コショウ・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 キャベツ・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 青菜・えのき茸・玉葱・油揚げ・味噌・煮干		お茶 カップヨーグルト クッキー
金	7	牛乳 チーズ	白菜と肉団子のスープ カボチャサラダ 果物	鶏ミンチ・卵・豆腐・片栗粉・葱・白菜・ほうれん草・人参・干し椎茸 カボチャ・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩こしょう / 醤油・酒・塩・鶏がら みかん缶		お茶 ぜんざい・あられ (小豆・砂糖・塩)
土	8 22	牛乳	ちゃんぽん ピーマンの昆布和え くだもの	中華麺・豚肉・イカ・卵・キャベツ・人参・玉ねぎ・干し椎茸・もやし・葱 ピーマン・塩昆布 みかん		牛乳 ミニパン
誕生会	21	牛乳 ビスケット	ケチャップライス・果物 マカロニサラダ・ブロッコリー から揚げ・きのこスープ	米・ベーコン・ミックスベジタブル・玉葱・コンソメ・バター・ケチャップ・塩 / みかん マカロニ・胡瓜・人参・卵・マヨネーズ / ブロッコリー 手羽元・から揚げ粉・小麦粉・油 / えのき茸・しめじ茸・葱・醤油・鶏がら		牛乳 クリスマスケーキ



* 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。

