



こんだてひょう



平成26年3月 黒坂保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	10 24	牛乳 チーズ	豚肉と里芋の煮物 じゃこ入り卵 青菜の味噌汁	豚肉・里芋・人参・冷いんげん・干し椎茸・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁 卵・しらす干し・にら・砂糖・塩・油 青菜・人参・厚揚げ・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 ミルクトースト <small>食パン・バター・スキムミルク・黄な粉</small>
火	11 25	牛乳 卵ボーロ	魚の味噌煮(添)トマト ブロッコリーごまマヨネーズ 中華スープ	魚・大根・生姜・人参・砂糖・醤油・みりん・味噌 ブロッコリー・人参・ベーコン・ごま・マヨネーズ・醤油 / トマト 豆腐・ほうれん草・人参・干し椎茸・春雨・醤油・鶏ガラ・ごま油	ご飯	飲むヨーグルト バナナ
水	12 28	牛乳 パイン缶	鶏肉のきじ焼き 白和え(添)レタス 五目汁	鶏肉・生姜・ごま・葱・醤油・みりん・油・レタス ほうれん草・人参・豆腐・ごま・味噌・砂糖・醤油・みりん 里芋・ごぼう・干し椎茸・人参・ねぎ・醤油・塩・煮干し	ご飯	牛乳 ぼたもち もち米・黄な粉・砂糖
木	13 27	牛乳 せんべい	南瓜のシチュー お花畑サラダ (添)果物	ベーコン・カリフラワー・玉葱・人参・南瓜・油・グリーンピース・バター・小麦粉・牛乳・塩こしょう ホールコーン・キャベツ・胡瓜・人参・酢・油・砂糖・塩コショウ みかん缶	ロールパン	牛乳 りんご ビスケット
金	14 28	ヨーグルト	チキン南蛮 三色野菜 若布とえのきのスープ	鶏肉・塩・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・醤油・生姜・玉葱・パセリ・マヨネーズ キャベツ・胡瓜・カラーピーマン / ケチャップ・砂糖・レモン汁 若布・えのき茸・人参・葱・醤油・みりん・煮干し	ご飯	牛乳 ロールカステラ
土	1 15 29	牛乳 クッキー	大和煮 豆腐の味噌汁 果物	牛肉・かまぼこ・えのき茸・干し椎茸・人参・糸こんにゃく・卵・葱・砂糖・醤油 豆腐・もやし・にら・若布・味噌・煮干し / みりん・酒・だし汁 オレンジ		牛乳 ステックパン
月	17 31	牛乳 ビスコ	魚の野菜あんかけ 菜の花風和え物 若布の味噌汁	魚・塩コショウ・片栗粉・油・干し椎茸・玉葱・人参・にら・醤油・みりん ほうれん草・卵・油・砂糖・醤油 / ごま油・片栗粉・だし汁 (乾)若布・油揚げ・大根・味噌・煮干し	ご飯	フルーツゼリー ウエハース
火	4 18	ヨーグルト	ハンバーグ 三色野菜 豆腐スープ	合挽ミンチ・人参・玉葱・生椎茸・パン粉・卵・塩コショウ・油・ケチャップ キャベツ・胡瓜・トマト / ソース・砂糖 コーン・豆腐・もやし・人参・葱・醤油・塩コショウ・片栗粉・鶏がら	ご飯	牛乳 日向夏 せんべい
水	5 19	牛乳 おかき	大豆の五目煮 胡瓜のおかか和え じゃが芋の味噌汁	大豆・鶏肉・人参・ごぼう・刻み昆布・冷いんげん・砂糖・醤油・みりん・酒 胡瓜・かつお節・醤油 じゃが芋・玉葱・えのき茸・油揚げ・葱・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 ピーチケーキ <small>小麦粉・スキムミルク・バター・もも缶</small>
木	6 20	ヨーグルト	ポークジンジャー ゆでキャベツ・人参グラッセ ほうれん草のすまし汁	豚肉・玉葱・生姜・砂糖・醤油・油・片栗粉 キャベツ(マヨネーズ) / 人参・砂糖・醤油 ソーメン・ほうれん草・卵・醤油・塩・かつお節・だし昆布	ご飯	牛乳 いちご クラッカー
金	7	牛乳 バナナ	魚の塩焼き(添)ブロッコリー かぼちゃの甘煮・果物 呉汁(大豆をすりつぶした汁)	甘塩鮭・油 / ブロッコリー・マヨネーズ かぼちゃ・砂糖・醤油 / りんご ご汁の素・豆腐・油揚げ・人参・白菜・葱・味噌・煮干し	ご飯	お茶 焼きそば <small>中華麺・豚肉・ちくわ・おたふくソース</small>
土	8 22	牛乳 卵ボーロ	キャベツとツナの Pasta ポパイスープ	スパゲティ・ツナ缶・キャベツ・玉葱・人参・油・にんにく・醤油・みりん 塩コショウ・もみ海苔 ほうれん草・豆腐・ベーコン・醤油・塩コショウ・鶏ガラ		牛乳 ミニパン
誕生会 (月)	3	牛乳 ビスコ	三色丼・すまし汁 マカロニサラダ・果物 タンドリーチキン	鶏ミンチ・醤油・砂糖・卵・塩・油(冷)いんげん/えのき茸・花ふ・葱・醤油・煮干し マカロニ・胡瓜・カニカマ・卵・人参・マヨネーズ / レタス / 苳 鶏もも肉・にんにく・生姜・ケチャップ・ヨーグルト・カレー粉・油		カルピス ひなあられ



都合によりメニューが、変わることがあります。ご了承ください。