



# こんだて表



平成30年10月清武中央こども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材料	主食	3時 おやつ
月	22	牛乳 バナナ	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 胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・生姜汁・ごま油 えのき茸・玉ねぎ・ねぎ・卵・醤油・片栗粉・煮干し	ごはん	牛乳 かぼちゃのパンケーキ <small>(ホットケーキミックス・南瓜・砂糖・卵・牛乳・バター)</small>
火	9 23	牛乳 チーズ	切り昆布煮 中華サラダ わかめの味噌汁	豚肉・人参・千切り大根・油揚げ・干し椎茸・こんいんげん・にやく・切り昆布・砂糖 もやし・人参・胡瓜・ロースハム・砂糖・醤油・酢・ゴマ油 乾)わかめ・人参・豆腐・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 みかん ビスケット
水	10 24	飲むヨーグルト お菓子	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ・添)トマト	鶏肉・むきえび・じゃが芋・玉葱・人参・グリーンピース・シチューの素・牛乳 / 塩こしょう・鶏がらスープ レタス・胡瓜・人参・ロースハム・卵・油・酢・醤油・玉葱・りんご・ごま・コンブレク/トマト	ごはん	牛乳 お芋ちゃん
木	11 25	牛乳 おかき	魚のムニエル れんこんのカレーソテー 豚汁	魚切り身・塩・こしょう・白ワイン・小麦粉・バター・油・レモン汁・砂糖・醤油 れんこん・ベーコン・ホールコーン・ピーマン・油・カレー粉・醤油 豚肉・大根・人参・ごぼう・こんにやく・かぼちゃ・ごま油・豆腐・葱・味噌・煮干し	ごはん	飲むヨーグルト バナナ
金	26	飲むヨーグルト お菓子	鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ 卵スープ	鶏肉・ホールトマト・玉葱・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 胡瓜・じゃが芋・人参・ハム・マヨネーズ・塩・こしょう 卵・しめじ茸・生椎茸・青菜・卵・醤油・鶏がら	ごはん	お茶 おにぎり (米・切り昆布)
土	13 27	牛乳 お菓子	きつねうどん 果物 きゃべつの和え物	うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・人参・生しいたけ・ほうれん草・醤油・みりん・煮干し・だし汁 みかん きゃべつ・胡瓜・塩昆布		お茶 スティックパン
月	1 15 29	牛乳 卵ボーロ	大豆とひじきの炒り煮 三色和え 白菜の味噌汁	茹で大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにやく・人参・いんげん・干し椎茸・油 ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・醤油 白菜・厚揚げ・乾)若布・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 メロンパン
火	2 16 30	牛乳 ビスコ	鶏肉の味噌焼き スパゲティツナサラダ・添え)レタス すまし汁	鶏肉・砂糖・味噌・みりん・酒・油 サラスパ・ツナ缶・レモン汁・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩・P 人参・しめじ茸・乾)わかめ・小松菜・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 梨 かりんとう
水	3 17 31	牛乳 せんべい	魚のきじ焼き ごぼうサラダ 豆腐の味噌汁 / 果物	魚切り身・生姜・ごま・葱・醤油・みりん・油 ごぼう・胡瓜・かにかま・人参・ホールコーン・味噌・マヨネーズ・レモン汁 豆腐・かぼちゃ・乾)若布・にら・味噌・煮干し みかん	ごはん	牛乳 アップルゼリー <small>(寒天・バナナ)</small>
木	4 18	牛乳 バナナ	ハンバーグ 添え野菜 オニオンスープ	豚ミンチ・牛ミンチ・玉葱・人参・生椎茸・パン粉・卵・塩・こしょう・油 キャベツ・胡瓜・トマト ケチャップ・中濃ソース・砂糖 玉ねぎ・人参・ベーコン・カイワレ菜・醤油・塩・こしょう・鶏がら	ごはん	お茶 食べるヨーグルト クラッカー
金	5 19	牛乳 コーンフレーク	豆腐の落としあげ ごまじゃこ和え きゃべつの味噌汁	豆腐・山芋・ツナ缶・ホールコーン・人参・卵・片栗粉・酒・塩・揚げ油 もやし・人参・胡瓜・ちりめんじゃこ・砂糖・醤油・ごま きゃべつ・玉葱・エノキ茸・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 マカロニのあべかわ <small>(マカロニ・黄粉・砂糖・塩)</small>
土	6 20	牛乳 お菓子	焼きそば 大根の味噌汁 果物	豚肉・中華麺・玉葱・赤ピーマン・キャベツ・生椎茸・油・オタフクソース・ウスターソース・かつお節・青のり 大根・油揚げ・乾)わかめ・味噌・煮干し みかん		お茶 リングドーナツ
誕生会	12 (金)	牛乳 せんべい	カレーピラフ 鶏肉のさっぱり煮 春雨サラダ きのこスープ 果物	ベーコン・ミックスベジタブル・玉葱・シーフード・バター・コンソメ・カレー粉・塩 鶏肉・砂糖・醤油・酢・ケチャップ / 春雨・ロースハム・胡瓜・人参・砂糖 しめじ・えのき茸・卵・葱・コンソメ・片栗粉・醤油 / 巨峰 / 醤油・酢	ごはん	牛乳 フルーツゼリー

おひだせ

\* 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。

