



こんだてひよ



平成30年7月 南今泉保育園

曜日	日	未満児おやつ	副 食	材 料	未満児	3時 おやつ
月	2	飲むヨーグルト	いりどり きやべきやべサラダ 小松菜の味噌汁	じゃが芋・鶏肉・人参・ごぼう・干し椎茸・グリーンピース・炒め油 キャベツ・人参・ホールコーン・ツナ缶・マヨネーズ / 砂糖・醤油・みりん 小松菜・豆腐・油揚げ・乾燥若布・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ポンデケーション (白玉粉・小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・粉チーズ・牛乳)
火	3 17 31	牛乳 コーンフレーク	魚の甘煮 ほうれん草のごま和え 沢煮わん・果物	魚・砂糖・醤油・しょうが・みりん・だし汁 ほうれん草・もやし・人参・ちりめんじゃこ・ゴマ・砂糖・しょうゆ 豚肉・大根・ごぼう・人参・椎茸・ねぎ・醤油・ゴマ油・煮干し・(片栗粉)/バナナ	ごはん	牛乳 枝豆 せんべい
水	4 18	牛乳 あられ	鶏肉のワイン煮・添)レタス・トマ マセドアンサラダ コーンスープ	鶏肉・油・砂糖・醤油・ワイン 添)レタス・トマト 胡瓜・じゃが芋・人参・マヨネーズ・ヨーグルト・塩こしょう ホールコーン・クリームコーン・玉葱・バター・人参・豆乳・パセリ・(塩・P) 鶏ガラ	パン	牛乳 ぶどうゼリー (グレープジュース・アガー・砂糖)
木	5 19	牛乳 ビスコ	マーボー豆腐 ハムともやしの中華和え わかめスープ	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・干し椎茸・グリーンピース・ニンニク・しょうが・みそ・砂糖・塩・ ハム・もやし・胡瓜・春雨・卵・油・砂糖・醤油・酢 / 醤油・ごま油・片栗粉・油 人参・えのき茸・ニラ・乾燥若芽・醤油・みりん・煮干し(塩)	ごはん	お茶 すいか 丸ボーロ
金	6 20	牛乳 果物(桃缶)	魚のカレー揚げ トマトの甘酢づけ・添え野菜 じゃが芋の味噌汁	白身魚・生姜・卵・砂糖・醤油・酒・片栗粉・揚げ油 トマト・玉葱・パセリ・砂糖・酢・塩・油 / レタス・胡瓜 じゃが芋・玉ねぎ・厚揚げ・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 プリン せんべい
土	7 21	牛乳 クッキー	焼きビーフン ニラ入りかきたま汁 果物	ビーフン・豚肉・むきえび・玉葱・人参・ピーマン・カラーピーマン 干し椎茸・油・カレー粉・醤油・塩コショウ・ごま油・砂糖・醤油・だし汁・片栗粉 ニラ・ちくわ・人参・乾燥若布・卵・醤油・煮干し / みかん缶		牛乳 ミニパン
月	9 23	飲むヨーグルト	八宝菜 そうめんのすまし汁・果物	豚肉・えび・キャベツ・玉葱・人参・ゆでたけのこ・干し椎茸・葱 ごま油・砂糖・醤油・だし汁・片栗粉 そうめん・かまぼこ・卵・ねぎ・醤油・塩・煮干し / オレンジ	ごはん	牛乳 ストロベリーマフィン (小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・いちごジャム・バター)
火	10 24	牛乳 バナナ	ズッキーニのみそ炒め お麩のすまし汁・果物	豚肉・玉ねぎ・ズッキーニ・ピーマン・カラーピーマン・人参・ナス・シメジ茸 / しょうが・油・砂糖・味噌・しょうゆ・みりん・酒・片 乾燥わかめ・麩・生椎茸・葱・醤油・みりん・塩・煮干し / みかん缶	ごはん	アイスクリーム クラッカー
水	11 25	牛乳 卵ボーロ	魚の塩焼き わかめと胡瓜の酢の物 豆腐の味噌汁・果物	甘塩鮭 乾燥若布・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・醤油 豆腐・人参・えのき茸・乾燥若芽・ねぎ・味噌・煮干し / りんご	ごはん	お茶・焼きそば (中華麺・豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・油 オタフクソース(ケチャップ)・かつお節・青のり)
木	12 26	牛乳 チーズ	ひじき入りハンバーグ 人参の甘煮・添えキャベツ 星の子スープ	合挽きミンチ・玉葱・ひじき・パン粉・牛乳・卵・油・ケチャップ・ソース・砂糖 人参・砂糖・バター / キャベツ おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 パイン缶 ビスケット
金	27	牛乳 せんべい	魚の南蛮 カボチャの煮物 星の子スープ	魚切り身・塩p・片栗粉・揚げ油・玉ねぎ・胡瓜・トマト・砂糖・酢・醤油・だし汁 カボチャ・砂糖・醤油・だし汁 おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 フルーツインゼリー (アガー・砂糖・パイン缶・みかん缶)
土	14 28	牛乳 塩せんべい	サラダうどん 添)トマト オニオンスープ	うどん・レタス・胡瓜・ツナ缶・レモン汁・卵・油・酢・醤油 トマト / 砂糖・リンゴ・玉ねぎ・ごま・だし汁 玉葱・人参・ベーコン・貝割れ菜・(塩・こしょう)・醤油・鶏がら		牛乳 スティックパン
誕生会	13	牛乳 せんべい	ビーフカレー から揚げ・果物 野菜サラダ・乳酸飲料	牛肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・かぼちゃ・グリーンピース・ニンニク・油・カレールー 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 / メロン レタス・胡瓜・人参・砂糖・酢・醤油・サラダ油・塩コショウ / 乳酸菌飲料	ごはん	牛乳 りんごゼリー

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。

