



こんだてひょう



曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材料	主食	3時 おやつ
月	9 23	牛乳 あられ	ポトフ 春雨の酢の物 果物	鶏肉・ベーコン・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 春雨・胡瓜・人参・卵・油・ごま・砂糖・酢・醤油 オレンジ	ごはん	牛乳・野菜蒸しケーキ (ほうれん草(ニンジンジュース)・卵・牛乳・ 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖)
火	10	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	ごはん	ミルクココア バナナ せんべい
水	11 25	牛乳 せんべい	牛挽肉と豆のチリソース風煮込み 胡瓜とリンゴのサラダ 卵スープ	トマトの水煮缶・大豆・じゃが芋・人参・玉葱・牛挽肉・にんにく・ケチャップ・コンソメ・ウスターソース 胡瓜・りんご・人参・ハム・油・酢・砂糖・醤油/スキムミルク・塩こしょう・油・パセリ・粉チーズ 卵・人参・乾燥若布・三つ葉・醤油・煮干	ごはん	牛乳・グレープゼリー (ぶどうジュース・アガー・砂糖) クッキー
木	12 26	牛乳 ビスケット	魚の煮付け ほうれん草の白和え きのこのスープ	白身魚・生姜・砂糖・みりん・醤油 豆腐・ほうれん草・胡瓜・人参・ごま・砂糖・味噌・みりん かまぼこ・しめじ・えのき・乾燥若布・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 チーズ カステラ
金	13 27	牛乳 りんご	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・(マヨネーズ) 乾燥若芽・カボチャ・油揚げ・人参・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	お茶 ぜんざい・あられ (小豆・砂糖・塩・さつま芋)
土	14 28	牛乳 クッキー	カレーうどん おかかサラダ 果物	うどん・鶏肉・玉葱・人参・じゃが芋・ほうれん草・油・カレーウ・牛乳・ヨーグルト 胡瓜・人参・かつお節・醤油・マヨネーズ / 醤油・煮干し(鶏がら) パイン缶		牛乳 スティックパン
月	2 16	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 もずくのすまし汁	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 もずく・えのき・人参・ねぎ・醤油・煮干し	ごはん	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・砂糖)
火	3 17	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・塩こしょう・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 きゃべつ・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 青菜・えのき・玉葱・油揚げ・味噌・煮干し	ごはん	お茶 カップヨーグルト せんべい
水	4 18	牛乳 コーンフレーク	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・塩こしょう おから・ロースハム・胡瓜・卵・油・マヨネーズ・塩こしょう・醤油/酒・鶏がら みかん	パン	お茶 コーンおむすび (米・ホールコーン・塩・シーチキン)
木	5 19	飲むヨーグルト	魚の西京焼き・添え野菜 大豆とひじきの炒り煮 ほうれん草のスープ	白身魚・味噌・みりん・酒・砂糖・油 / レタス 大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・干し椎茸・油・砂糖・醤油・酒 ほうれん草・玉葱・人参・醤油・塩こしょう・鶏がら(煮干し)	ごはん	牛乳 ふかし芋
金	6 20	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・春雨 南瓜・胡瓜・人参・ちくわ・マヨネーズ・塩こしょう / 醤油・酒・塩・煮干し みかん缶	ごはん	牛乳 ジャムサンド (食パン・ジャム)
土	7 21	牛乳 ビスコ	ちゃんぽん きゅうりの昆布和え 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 きゅうり・塩昆布 / ごま油・醤油・塩こしょう・鶏がら りんご		牛乳 ミルクパン
誕生会	24	飲むヨーグルト	ベーコンライス・果物 マカロニサラダ・ウインナー から揚げ・すまし汁	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 / りんご マカロニ・胡瓜・人参・卵・マヨネーズ・ウインナー 手羽元・から揚げ粉・小麦粉・油 / えのき・豆腐・葱・醤油・煮干し		牛乳 ロールケーキ