



こんだて表



平成30年9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	10	牛乳 ビスケット	牛肉ときゃべつのプルコギ 納豆・果物 きのこのスープ	牛肉・きゃべつ・もやし・人参・にら・ピーマン・ごま油・焼肉のたれ・酒 みりん・ごま(片栗粉)/ 納豆・だし割りしょうゆ エリンギ・しめじ茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・しょうゆ・塩こしょう・煮干/みかん	ごはん	お茶 おはぎ(もち米・きなこ・砂糖)
火	11・25	牛乳 あられ	魚の香り焼き(添え)レタス 春雨の酢の物 かぼちゃのみそ汁	魚切り身・白ごま・にんにく・生姜・ねぎ・砂糖・酒・しょうゆ・みりん・/ レタス ひじき・砂糖・醤油・シラス干し・人参・きゅうり・チーズ・ごま・ごま油・酢・醤油・塩・砂糖 かぼちゃ・油揚げ・玉葱(乾)わかめ・ねぎ・みそ・煮干	ごはん	牛乳 フルーツゼリー (寒天パパ・パイン缶)
水	12・26	牛乳 チーズ	ポークソテーの和風ソース ゆで野菜(きゃべつ・人参) ベーコンチャウダー	豚肉・玉ねぎ・しょうが・しょうゆ・酒・油・みそ・砂糖・ケチャップ・水・片栗粉 きゃべつ・人参 ベーコン・玉ねぎ・じゃが芋・人参・パセリ・バター・小麦粉・牛乳・塩P・鶏がら	ごはん	牛乳 梨 せんべい
木	13・27	飲むヨーグルト お菓子	白身魚のチーズフライ ほうれん草ともやしのごま和え レタス・すまし汁	白身魚・塩こしょう・醤油・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油/レタス ほうれん草・もやし・人参・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・しょうゆ そうめん・生椎茸・三つ葉・人参・しょうゆ・みりん・塩・煮干/ みかん缶	ごはん	牛乳 ロールカステラ
金	28	牛乳 果物(バナナ)	麦飯カレー おかかサラダ 果物	米・麦・豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ピーマン・カレールー・鶏がらスープ 酒・みりん・だし汁/ きゅうり・人参・かつお節・しょうゆ・マヨネーズ きゃべつ・じゃが芋(乾)わかめ・ねぎ・みそ・煮干/みかん	ごはん	牛乳・ピザトースト (食パン・ケチャップ・ツナ缶) (ピーマン・玉葱・とろけるチーズ)
土	1・15・29	牛乳 お菓子	スパゲティナポリタン バナナ かきたま汁	スパゲティ・ウインナー・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム缶・油 ケチャップ・塩こしょう/ バナナ えのき茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・卵・しょうゆ・塩・煮干		お茶 スティックパン
月	3	牛乳 卵ボーロ	三色揚げ 添え(きゃべつ・トマト・きゅうり) 中華風スープ	むきえび・酒・ホールコーン(冷)むき枝豆・さつま芋・小麦粉・卵・塩・油 きゃべつ・トマト・きゅうり・塩・レモン汁・マヨネーズ 玉ねぎ・人参・にら・えのき茸・しょうゆ・ごま油・塩こしょう・鶏がら	ごはん	お茶 ミルクっこ (牛乳・片栗粉・黄粉・砂糖)
火	4・18	飲むヨーグルト お菓子	里芋の煮ころがし ツナコーンサラダ もやしのみそ汁	里芋・合びきミンチ・人参・千切り大根・インゲン・砂糖・しょうゆ・みりん 片栗粉・だし汁/ きゃべつ・きゅうり・ツナ缶・ホールコーン・しょうゆ・砂糖・ごま油・酢 もやし・豆腐(乾)わかめ・葱・人参・味噌・煮干	ごはん	牛乳 バナナ かりかりいりこ
水	5・19	牛乳 おかき	鮭のみそバター焼き 千切り大根のサラダ 野菜スープ	鮭切り身・バター・みそ・砂糖・酒・しょうゆ 千切り大根・赤ピーマン・胡瓜・シーチキン・プロセスチーズ・酢・醤油・油・リンゴ・玉ねぎ レタス・玉ねぎ・ホールコーン・人参(乾)わかめ・しょうゆ・塩こしょう・鶏がら	ごはん	牛乳・パインケーキ (ホットケーキミックス・卵) (スキムミルク・バター・パイン缶)
木	6・20	牛乳 ビスコ	高野豆腐の卵とじ レバーの甘辛煮 青菜のみそ汁	高野豆腐・鶏肉・玉ねぎ・干し椎茸・人参・ねぎ・卵・油・砂糖・しょうゆ レバー・にら・しょうが・砂糖・醤油・酒(カレー粉) 青菜・油揚げ・人参・みそ・煮干	ごはん	牛乳 ふかし芋
金	7・21	牛乳 ビスケット	チキン南蛮 添え(レタス・トマト・胡瓜) 豆腐のすまし汁	鶏肉・塩こしょう・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・しょうゆ・しょうが・だし汁・卵 パセリ・玉ねぎ・マヨネーズ・砂糖・レモン汁/ レタス・トマト・胡瓜・マヨネーズ 豆腐・干し椎茸・ほうれん草・しょうゆ・塩・みりん・煮干	ごはん	お茶 カップヨーグルト クッキー
土	22	牛乳 お菓子	鶏煮うどん 果物(みかん缶) きゅうりとちくわの酢の物	牛こま肉・人参・マッシュルーム・にんにく・グリーンピース・ホールのトマト みかん缶 /ケチャップ・ウスターソース きゅうり(乾)わかめ・ちくわ・ごま・酢・砂糖・しょうゆ		お茶 リングドーナツ
誕生会	14 (金)	牛乳 せんべい	ちらし寿司 魚の磯辺揚げ/すまし汁 スパゲティサラダ / 果物	ごぼう・人参・油揚げ・干し椎茸・かまぼこ・ちりめん・しょうゆ・砂糖・酢・塩 白身魚・塩こしょう・片栗粉・青のり・油/ お麩・人参・ねぎ・煮干・しょうゆ スパサ・きゅうり・ロースハム・きゃべつ・マヨネーズ/ ぶどう	ごはん	お茶 アイスクリーム ウエハース



行事等により献立を変更する場合がございます。