



令和3年 清武中央こども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食		主食	3時 おやつ
月	1 15	牛乳 ビスケット	ビーフンスープ かみかみサラダ レバーの甘辛煮	ビーフン・豚肉・玉ねぎ・人参・生しいたけ・チンゲン菜・醤油・塩P ソフトさきいか・キャベツ・人参・胡瓜・マヨネーズ・塩 / 鶏がら・ごま油 レバー・生姜・にら・砂糖・醤油・カレー粉・酒	ごはん	牛乳 果物(りんご) 丸ボーロ
火	2 16	牛乳 クラッカー	大豆の五目煮 甘酢きゃべつ カボチャの味噌汁	大豆・鶏肉・人参・ごぼう・刻み昆布・さやいんげん・砂糖・醤油・みりん・酒・だし汁 キャベツ・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・塩・(醤油・レモン汁) 玉ネギ・南瓜・わかめ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・鬼蒸しパン (さつま芋・小麦粉・ベーキングパウダー 塩・砂糖・豆乳・油・(味噌))
水	17	牛乳 せんべい	おび天 添)ブロッコリー、トマト すまし汁	魚のすり身・豆腐・生姜・ニラ・ごぼう・味噌・黒砂糖・片栗粉・卵・揚げ油 ブロッコリー・トマト 玉ねぎ・人参・エノキ茸・葱・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	飲むヨーグルト 果物(バナナ)
木	4 18	牛乳 チーズ	いかの煮物 胡瓜のレモン風味和え 豆腐のみそ汁	いか・大根・人参・里芋・砂糖・醤油・酒・出し汁 胡瓜・レタス・みかん缶・砂糖・レモン汁・油・塩 豆腐・しめじ茸・(乾)わかめ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 フルーツサンド (ロールパン・苺・生クリーム・砂糖)
金	5 19	ヨーグルト	魚のカレームニエル 白菜の塩昆布和え もやし中華風スープ/果物	魚の切り身・塩P・カレー粉・小麦粉・バター・油 白菜・人参・胡瓜・ホールコーン・塩昆布・砂糖・ごま油・醤油・酢 もやし・豆腐・人参・生椎茸・葱・醤油・塩・鶏がら・ごま油 / みかん缶	ごはん	牛乳・パン・キンマフィン (バター・メイプルシロップ・卵・砂糖 ホットケーキミックス・南瓜・牛乳)
土	6 20	牛乳 お菓子	キャベツとツナの Pasta ポパイスープ	スパゲティ・ツナ・キャベツ・玉ねぎ・人参・油・にんにく・醤油・塩P ほうれん草・豆腐・ベーコン・醤油・塩P・鶏がら / みりん・もみり		お茶 スティックパン
月	8 22	牛乳 コーンフレーク	肉じゃが ほうれん草の菜の花風あえ わかめのみそ汁	豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・インゲン・油・砂糖・醤油・みりん ほうれん草・人参・卵・油・ごま・砂糖・醤油・酒・酢 (乾)わかめ・もやし・豆腐・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 リングドーナツ
火	9	牛乳 あられ	ミルク鍋 千切り大根の含め煮 果物(みかん)	鶏肉・ベーコン・白菜・かぼちゃ・人参・しめじ茸・長ネギ・豆乳・味噌・煮干し ツナ缶・千切り大根・インゲン・人参・油揚げ・干しいたけ・油・砂糖 みかん / 醤油・みりん・出し汁	ごはん	牛乳 果物(バナナ) せんべい
水	10 24	牛乳 卵ボーロ	タンダリーチキン 添)レタス スパゲティサラダ パンプキンスープ	鶏モモ肉・にんにく・生姜・ケチャップ・ヨーグルト・カレー粉・塩P・醤油・油 レタス/ サラスパ・ツナ・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩P 南瓜・玉ねぎ・パセリ・牛乳・塩P・醤油・煮干・鶏がら	パン	お茶 ごまじゃこおにぎり (米・しらす・ごま・ゆかり)
木	25	ヨーグルト	魚のマヨネーズ焼き こぎつねサラダ きのこのスープ	魚の切り身・塩P・油・マヨネーズ・卵・片栗粉・青のり 油揚げ・白菜・人参・ほうれん草・かつお節・ごま・酢・醤油・砂糖 エリンギ・しめじ茸・玉ねぎ・人参・葱・醤油・塩P・煮干し	ごはん	牛乳 果物(日向夏) かりんとう
金	12 26	牛乳 ビスコ	とんかつ 添え(キャベツ、トマト) みそ汁	豚肉・塩P・小麦粉・卵・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・みりん・砂糖 キャベツ・トマト 大根・油揚げ・人参・葱・味噌・煮干し	ごはん	お茶 マカロニのあべかわ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
土	13 27	牛乳 お菓子	五目うどん きゅうりのたたき漬け 果物(みかん缶)	うどん・鶏肉・卵・(乾)わかめ・生しいたけ・葱・醤油・みりん・煮干し 胡瓜・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 みかん缶		お茶 クリームパン
誕生会	3	牛乳 せんべい	チキンカツカレー スパゲティサラダ・ブロッコリー 果物・ヤクルト	豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・カレールー・鶏ささ身肉・卵・小麦粉・パン粉・油 胡瓜・スパゲティ・人参・マヨネーズ・ハム/ブロッコリー 苺 / 乳酸飲料		牛乳 バウムクーヘン



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。