




こんだてひょう



令和元年 10月
ななほしキッズ

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	7 21	牛乳 あられ	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・塩・片栗粉・さつま芋・油・人参・グリーンピース・ホールコーン・砂糖・醤油・水 胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・しょうが汁・ごま油 えのき茸・玉ねぎ・葱・卵・醤油・片栗粉・煮干し	ごはん	飲むヨーグルト バナナ おせんべい
火	8	牛乳 パン缶	切り昆布煮 中華サラダ 豆腐のみそ汁	豚肉・人参・千切り大根・油揚げ・干し椎茸・こんにゃく・いんげん・切り昆布 もやし・人参・胡瓜・ロースハム・砂糖・酢・醤油・ごま油 / 砂糖・醤油・酒・だし汁 南瓜・豆腐・(乾)わかめ・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・フレンチトースト (食パン・卵・牛乳・ 砂糖・バター)
水	9 23	飲むヨーグルト	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ 添え野菜	白身魚・むきえび・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース・バター・小麦粉 レタス・人参・胡瓜・ロースハム・卵・油・酢・油・醤油 トマト / 玉ねぎ・ごま・りんご・コーンフレーク	ロールパン	牛乳・南瓜のパンケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー 南瓜・砂糖・卵・牛乳・バター)
木	10 24	牛乳 ビスコ	鶏肉のみそ焼き・添え野菜 スパゲティツナサラダ すまし汁	鶏肉・砂糖・みそ・みりん・酒・油・(白ごま) / レタス サラスパ・ツナ缶・レモン汁・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩こしょう 人参・しめじ茸・(乾)わかめ・小松菜・醤油・煮干し	ごはん	牛乳・芋シヨクラ (さつま芋・生クリーム・砂糖 バナラエッセンス・ミルクコア・きな粉)
金	11 25	牛乳 チーズ	魚のムニエル ほうれん草とコーンのソテー 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 ほうれん草・人参・もやし・ホールコーン・油・醤油・塩こしょう 豚肉・大根・人参・南瓜・ごぼう・こんにゃく・ごま油・豆腐・葱・みそ	ごはん	牛乳 梨 白い風船
土	12 発表会 26	牛乳 クッキー	きつねうどん キャベツの和え物 果物	うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁・小松菜・人参・生椎茸・ キャベツ・胡瓜・塩こんぶ / 葱・醤油・みりん・煮干し りんご		牛乳 ミルクパン
月	28	牛乳 卵ボーロ	大豆とひじきの炒り煮 三色和え 白菜のみそ汁	ゆで大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・干し椎茸・油・ ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・醤油 / 砂糖・醤油・酒 厚揚げ・白菜・玉ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 りんご ビスケット
火	15 29	飲むヨーグルト	鶏肉のトマト煮 マセドアンサラダ 卵スープ	鶏肉・ホールトマト・玉ねぎ・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・(パン缶)・マヨネーズ・ヨーグルト・塩こしょう 卵・しめじ茸・生椎茸・青菜・醤油・煮干し	ごはん	お茶 おにぎり (米・おにぎり用若布・ごま)
水	2 16 30	牛乳 せんべい	魚のきじ焼き ごぼうサラダ キャベツのみそ汁	魚の切り身・生姜・ごま・葱・醤油・みりん・油 ごぼう・(酢水)・胡瓜・かにかま・人参・ホールコーン・みそ・マヨネーズ・レモン汁 キャベツ・玉ねぎ・えのき茸・葱・みそ・煮干し	ごはん	オレンジゼリー (オレンジジュース・アガー・砂糖)
木	3 17 31	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・玉ねぎ・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・貝割れ菜・醤油・(塩こしょう)・鶏がら	ごはん	お茶 カップヨーグルト クラッカー
金	4	牛乳 コーンフレーク	豆腐のおとし揚げ ごまじゃこ和え お麩のすまし汁	豆腐・山芋・ツナ缶・ホールコーン・人参・卵・片栗粉・酒・塩・油 もやし・人参・胡瓜・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・醤油 麩・人参・葱・生椎茸・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳 マカロニのあべかわ (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
土	5 19	牛乳 サブレ	豚肉と春雨の炒め煮 大根のみそ汁 果物	豚肉・春雨・玉ねぎ・赤ピーマン・にら・生椎茸・生姜・油・砂糖・醤油・酒・水(片栗粉)(ごま油) 大根・油揚げ・(乾)わかめ・みそ・煮干し オレンジ	ごはん	牛乳 スティックパン
誕生会	18	牛乳 チーズ	さつま芋ごはん 鶏肉のさっぱり煮・春雨サラダ きのこの味噌汁・果物	米・さつま芋・塩・だし昆布・黒ごま 鶏肉・砂糖・醤油・酢・ケチャップ / 春雨・ロースハム・胡瓜・人参・マヨネーズ しめじ茸・えのき茸・卵・葱・味噌・煮干し / ぶどう		牛乳 りんごゼリー



おひげせ

* 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。