



11がつ
こんだてひょう



平成25年11月 清武中央保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	11 25	牛乳 ウエハース	チキンカレー 添)トマト フルーツサラダ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールウ・にんにく・りんご・牛乳・塩コショウ 添)トマト 柿・みかん缶・パイン缶・胡瓜・ヨーグルト・スキムミルク・マヨネーズ	ごはん	ココア牛乳 クッキー
火	12 26	ヨーグルト	魚の塩焼き 添)胡瓜 卵いり卵の花炒め 南瓜のみそ汁	魚・塩/胡瓜 鶏ミンチ・おから・人参・玉ねぎ・干椎茸・にら・卵・油・砂糖・醤油・みりん・だし汁 南瓜・油揚げ・しめじ茸・葱・味噌・煮干	ごはん	牛乳 アップルケーキ
水	13 27	牛乳 卵ボーロ	鶏肉のさっぱり煮 ポテトサラダ 添)トマト オニオンスープ	チキンスティック・砂糖・醤油・酢/トマト じゃが芋・卵・胡瓜・人参・玉ねぎ・マヨネーズ・塩コショウ 玉ねぎ・人参・ウインナー・パセリ・醤油・塩コショウ・鶏がら	ごはん	牛乳 カリカリいりこ 果物(バナナ)
木	14 28	牛乳 あられ	魚のハワイアンソース ほうれん草の納豆あえ えのきのみそ汁	白身魚・片栗粉・油・玉ねぎ・人参・パイン缶・ケチャップ・ソース・みりん ほうれん草・人参・納豆・醤油・もみり 人参・えのき茸・厚揚げ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 卵サンドイッチ
金	1 15 29	ヨーグルト	けんちん汁 レバーの甘辛煮 ひじきの白和え	鶏肉・白菜・葱・えのき茸・ごぼう・人参・醤油・塩・みりん・煮干し レバー・生姜・にら・砂糖・醤油・酒 ひじき・糸コンニャク・人参・砂糖・醤油・油・豆腐・胡瓜・ごま・砂糖・みりん・味噌	ごはん	お茶 プリン クラッカー
土	2 16 30	牛乳 お菓子	クリームスープスパゲティ ブロッコリーとコーンと和え	スパゲティ・油・ベーコン・玉ねぎ・人参・シメジ茸・パセリ・シチューの素 ブロッコリー・ホールコーン・人参・砂糖・醤油・酢・ごま		お茶 クロワッサン
月	18	牛乳 チーズ	大根のみそ煮 酢の物 お麩のすまし汁	豚肉・大根・こんにゃく・人参・さやいんげん・砂糖・醤油・酒・味噌・だし汁 胡瓜・乾燥若布・人参・ごま・砂糖・酢・醤油 麩・生椎茸・かいわれ菜・素麺・醤油・みりん・塩・煮干	ごはん	フルーツヨーグルト ウエハース
火	5 19	ヨーグルト	魚のきのこあんかけ 添)胡瓜 野菜サラダ コーンスープ	魚・塩コショウ・小麦粉・バター・砂糖・醤油・みりん・片栗粉・だし汁 トマト・胡瓜・レタス・マヨネーズ ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・人参・パセリ・塩コショウ・鶏がら	ごはん	牛乳 大学芋 牛乳 柿 丸ボーロ
水	6 20	牛乳 せんべい	すき焼き風煮 しらす干し和え キャベツの味噌汁	牛肉・白菜・生椎茸・青菜・長ねぎ・焼き豆腐・糸こんにゃく・人参・油・砂糖・醤油 シラス干し・胡瓜・人参・砂糖・酢・レモン汁・醤油 きゃべつ・じゃが芋・(乾)若布・葱・味噌・煮干し	ごはん	お茶 おにぎり
木	7 21	牛乳 パイン缶	筑前煮 大根のサラダ かきたま汁	鶏肉・里芋・人参・ごぼう・干椎茸・こんにゃく・いんげん・油・砂糖・醤油 醤油・みりん 大根・胡瓜・かにかま・酢・砂糖・醤油・みかん缶 豆腐・人参・えのき茸・葱・卵・醤油・煮干	ごはん	牛乳 リンゴ ビスケット
金	22	牛乳 コーンフレーク	もみじ揚げ ツナサラダ かぶのみそ汁	水煮大豆・ひじき・魚の切り身・玉ねぎ・人参・春菊・クリームコーン・卵・小麦粉 塩・油 /ツナ缶・白菜・もやし・人参・酢・油・砂糖・醤油 かぶ・乾燥若布・油揚げ・ねぎ・味噌・煮干	ごはん	お茶 ミニパン
土	9	牛乳 お菓子	焼うどん ポパイスープ 果物	うどん・豚肉・かまぼこ・玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン・油・ソース・醤油 ほうれん草・豆腐・人参・ちくわ・醤油・塩こしょう・鶏がら みかん		お茶 ミニパン
誕生会	8 (金)	飲むヨーグルト	ばら寿司 ウインナー から揚げ 野菜の付け合せ すまし汁 スパゲティ 果物	米・ごぼう・人参・油揚げ・干し椎茸・かまぼこ・竹の子・煮干し・砂糖・塩・酢 / ウインナー / みかん 鶏肉・生姜・片栗粉・塩こしょう・油 / レタス・胡瓜・トマト・マヨネーズ 人参・乾燥若布・えのき茸・ねぎ・醤油・煮干 / スパゲティ・コンソメ・トマトピューレ・オリーブ油	ごはん	100%ジュース ロールケーキ



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。