



こんだてひょう



平成30年7月 清武中央こども園

曜日	日	未満児おやつ	副 食	材 料	未満児	3時 おやつ
月	2	飲むヨーグルト	いりどり	じゃが芋・鶏肉・人参・ごぼう・干し椎茸・グリーンピース・炒め油	ごはん	牛乳
	30	お菓子	きゃべきゃべサラダ	キャベツ・人参・ホールコーン・ツナ缶・マヨネーズ / 砂糖・醤油・みりん		ロールケーキ
火	3	牛乳	小松菜の味噌汁	小松菜・豆腐・油揚げ・乾燥若布・味噌・煮干し	ごはん	牛乳
	17	牛乳	魚の甘煮	魚・砂糖・醤油・しょうが・みりん・だし汁		チーズ
	31	コーンフレーク	ほうれん草のごま和え	ほうれん草・もやし・人参・ちりめんじゃこ・ゴマ・砂糖・しょうゆ		お菓子(クラッカー)
			沢煮わん	豚肉・大根・ごぼう・人参・椎茸・ねぎ・醤油・ゴマ油・煮干し・(片栗粉)		
水	4	牛乳	鶏肉のワイン煮・添)レタス・トマト	鶏肉・油・砂糖・醤油・ワイン 添)レタス・トマト	ごはん	牛乳
	18	あられ	マセドアンサラダ	胡瓜・じゃが芋・人参・マヨネーズ・ヨーグルト・塩こしょう		ぶどうゼリー
			コーンスープ	ホールコーン・クリームコーン・玉葱・バター・人参・豆乳・パセリ・(塩・P)鶏ガラ		(寒天パパ)
木	5	飲むヨーグルト	八宝菜	豚肉・えび・キャベツ・玉葱・人参・ゆでたけのこ・干し椎茸・葱	ごはん	牛乳
	19	お菓子	そうめんのすまし汁・果物	そうめん・かまぼこ・卵・ねぎ・醤油・塩・だし昆布・かつお節 / みかん缶		ストロベリーマフィン
						(ホットケーキミックス・卵・いちごジャム・バター・牛乳)
金	6	牛乳	カジキのカレー揚げ	カジキ・生姜・卵・砂糖・醤油・酒・片栗粉・揚げ油	ごはん	お茶
		桃缶	トマトの甘酢づけ・添え野菜	トマト・玉葱・パセリ・砂糖・酢・塩・油 / レタス・胡瓜		すいか
			じゃが芋の味噌汁	じゃが芋・玉ねぎ・厚揚げ・ねぎ・味噌・煮干し		せんべい
土	7	牛乳	サラダ麺	中華麺・レタス・胡瓜・ツナ缶・レモン汁・卵・油・酢・醤油		牛乳
	21	お菓子	添)トマト	トマト / 砂糖・リンゴ・玉ねぎ・ごま・だし汁		クロワッサン
			オニオンスープ	玉葱・人参・ベーコン・貝割れ菜・(塩・こしょう)・醤油・鶏がら		
月	9	牛乳	マーボー豆腐	豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・干し椎茸・グリーンピース・ニンニク・しょうが・みそ・砂糖・塩・	ごはん	牛乳
	23	ビスコ	ハムともやしの中華和え	ハム・もやし・胡瓜・春雨・卵・油・砂糖・醤油・酢 / 醤油・ごま油・片栗粉・油		プリン
			わかめスープ	人参・えのき茸・ニラ・乾燥若芽・醤油・みりん・煮干し(塩)		
火	10	牛乳	ズッキーニのみそ炒め	豚肉・玉ねぎ・ズッキーニ・ピーマン・カラーピーマン・人参・ナス・シメジ茸	ごはん	アイスクリーム
	24	ウエハース	お麩のすまし汁・果物	/ しょうが・油・砂糖・味噌・しょうゆ・みりん・酒・片 / 乾燥わかめ・麩・生椎茸・葱・醤油・みりん・塩・煮干し・カツオ節・だし昆布 / バナナ		クラッカー
水	11	牛乳	魚の塩焼き	魚切り身・塩	ごはん	牛乳
	25	卵ボーロ	わかめと胡瓜の酢の物	乾燥若布・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・醤油		ムーンライト
			豆腐の味噌汁・果物	豆腐・人参・えのき茸・乾燥若芽・ねぎ・味噌・煮干し / パイン缶		
木	12	牛乳	ひじき入りハンバーグ	合挽きミンチ・玉葱・ひじき・パン粉・牛乳・卵・油・ケチャップ・ソース・砂糖	ごはん	お茶・焼きそば
	26	チーズ	人参の甘煮・添えキャベツ	人参・砂糖・バター / キャベツ		(中華麺・豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・油
			星の子スープ	おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・煮干し		オタフクソース(ケチャップ)・かつお節・青のり)
金	13	牛乳	魚の南蛮	魚切り身・塩p・片栗粉・油・玉ねぎ・胡瓜・トマト・砂糖・酢・醤油・だし汁	ごはん	牛乳
	27	せんべい	カボチャの煮物	カボチャ・砂糖・醤油・だし汁		みかんゼリー
			星の子スープ	おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・煮干し		(寒天パパ・みかん缶)
土	14	牛乳	焼きビーフン	ビーフン・豚肉・むきえび・玉葱・人参・ピーマン・カラーピーマン		牛乳
	28	お菓子	ニラ入りかきたま汁	干し椎茸・油・カレー粉・醤油・塩コショウ・ご		スティックパン
			果物	ニラ・ちくわ・人参・乾燥若布・卵・醤油・煮干し / みかん缶		
誕生会	20	牛乳	ビーフカレー	牛ミンチ・人参・玉ねぎ・じゃが芋・かぼちゃ・グリーンピース・ニンニク・油・カレールー	ごはん	牛乳
		せんべい	から揚げ・果物	鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 / メロン		りんごゼリー
			野菜サラダ・乳酸飲料	レタス・胡瓜・人参・砂糖・酢・醤油・サラダ油・塩コショウ / 乳酸菌飲料		

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。

