



平成31年度 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	25	牛乳 あられ	豚肉と大根の煮物 春雨の酢の物 じゃが芋の味噌汁	豚肉・大根・人参・刻み昆布・砂糖・醤油・酒・だし汁 春雨・胡瓜・人参・カニカマ・ごま・酢・砂糖・塩・醤油 じゃが芋・玉葱・厚揚げ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ジャムサンド (食パン・いちごジャム)
火	12 26	牛乳 クラッカー	いり鶏 白菜の塩昆布和え 豆腐の味噌汁	鶏肉・里芋・人参・れんこん・干し椎茸・いんげん・こんにゃく・油・砂糖・醤油・みりん 白菜・人参・胡瓜・ホールコーン・塩昆布・砂糖・ごま油・醤油・酢 豆腐・しめじ茸・乾わかめ・かいわれ菜・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 果物(みかん) かりんとう
水	13 27	牛乳 バナナ	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・玉葱・人参・生椎茸・チンゲン菜・醤油・塩・P・鶏がら(ごま油) ソフトさきいか・キャベツ・人参・胡瓜・マヨネーズ・塩 レバー・生姜・ニラ・砂糖・醤油・カレー粉	ごはん	牛乳 スキム入り大学芋 <small>(さつま芋・揚げ油・スキムミルク・バター・砂糖)</small>
木	14 28	飲むヨーグルト お菓子	魚のマヨネーズ焼き 子ぎつねサラダ キノコのスープ	魚切り身・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・白ごま・酢・醤油・砂糖 エリンギ・しめじ・玉ねぎ・人参・ねぎ・醤油・塩P・煮干し	ごはん	牛乳 りんご せんべい
金	1	牛乳 ビスケット	トンカツ 添え野菜 味噌汁	豚肉・塩・P・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・ケチャップ・中濃ソース・みりん キャベツ・トマト 大根・油揚げ・人参・乾わかめ・葱・味噌・煮干し	ごはん	フルーツムース (フルーツ・牛乳) クラッカー
土	2 16	牛乳 お菓子	五目うどん きゅうりのたたき漬け 果物	うどん・鶏肉・卵・わかめ・人参・生しいたけ・ネギ・醤油・みりん・煮干し 胡瓜・ごま油・砂糖・酢・醤油・塩 みかん缶		お茶 スティックパン
月	4 18	牛乳 コーンフレーク	肉じゃが ほうれん草の菜の花風和え わかめの味噌汁	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・いんげん・油・砂糖・醤油・みりん ほうれん草・人参・卵・油・胡麻・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・パンプキンマフィン (バター・卵・メープルシロップ カボチャ・ホットケーキミックス)
火	5 19	牛乳 せんべい	オビ天 添え野菜 すまし汁	魚すり身・豆腐・しょうが・人参・インゲン・ごぼう・味噌・黒砂糖・片栗粉・卵・揚げ油 ブロッコリー・トマト(マヨネーズ) 玉ねぎ・かまぼこ・えのき茸・ねぎ・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	飲むヨーグルト バナナ
水	6 20	牛乳 卵ボーロ	タンドリーチキン スパゲティサラダ・添え野菜 パンプキンスープ	鶏もも肉・にんにく・生姜・ケチャップ・ヨーグルト・カレー粉・サラダ油・塩P サラダスパゲティ・ツナ・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩P / レタス 南瓜・玉ねぎ・ベーコン・パセリ・牛乳・しおP・醤油・鶏ガラ	ごはん	ごまじゃこおにぎり・浅漬け (米・しらす・ゴマ・ゆかり・味付け海苔) (胡瓜・塩・酢・砂糖・醤油)
木	7 21	牛乳 チーズ	ミルク鍋 千切り大根の炒め物 果物	油揚げ・鶏肉・白菜・かぼちゃ・人参・しめじ・長葱・牛乳・味噌・煮干し 千切り大根・干し椎茸・にんにく・ベーコン・人参・オリーブ油・砂糖・醤油・だし汁 苺	ごはん	牛乳 オレンジゼリー クラッカー
金	8	飲むヨーグルト お菓子	魚のカレームニエル 甘酢キャベツ もやしの中華風スープ	魚切り身・塩・P・カレー粉・小麦粉・バター・油 キャベツ・胡瓜・人参・胡麻・砂糖・酢・塩・醤油・レモン汁 もやし・豆腐・人参・生しいたけ・ネギ・醤油・塩・煮干し・ごま油	ごはん	牛乳 メロンパン
土	9 23	牛乳 お菓子	キャベツとツナのパスタ ポパイスープ	キャベツ・スパゲティ・ツナ缶・玉ねぎ・人参・油・にんにく・醤油・ ほうれん草・豆腐・ベーコン・醤油・塩P・鶏がら/もみのり・塩P		お茶 あんパン
誕生会	15	牛乳 卵ボーロ	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・卵/ブロッコリー 苺 / ヤクルト		牛乳 チーズ蒸しパン



都合によりメニューが、変わることがあります。 22日はお別れ遠足です。