




こんだてひょう



令和 2年 10月

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	12 26	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	魚の切り身・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・ごぼう・こんにゃく・豆腐・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・お芋ちゃん (さつま芋・上新粉・ 塩・油)
火	13 27	牛乳 りんご	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・冷いんげん・切り昆布・砂糖・醤油・酒・だし汁 もやし・人参・きゅうり・ロースハム・砂糖・酢・醤油・ごま油 豆腐・南瓜・玉ねぎ・(乾)わかめ・にら・味噌・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	14 28	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 果物	鶏肉・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・牛乳・塩・こしょう・鶏がら レタス・人参・きゅうり・ロースハム・卵・油・酢・油・醤油・玉ねぎ・ごま・りんご・コーンフレーク みかん缶	ロールパン	牛乳・クラッシュゼリー (アガー・砂糖・ぶどうジュース・水) パン缶
木	1 15 29	牛乳 おかき	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 香味漬け かきたま汁	魚一口大・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・水 きゅうり・人参・酢・醤油・しょうが汁・ごま油 えのき茸・玉ねぎ・ねぎ・卵・醤油・煮干し	ごはん	飲むヨーグルト バナナ
金	2 16 30	牛乳 ビスコ	鶏肉のみそ焼き 添)野菜 スパゲティサラダ すまし汁	鶏肉・砂糖・味噌・みりん・酒・油・白ごま / レタス サラスパ・ツナ缶・レモン汁・きゅうり・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 梨 かりんとう
土	3 31	牛乳 サッポロポテト	きつねうどん きやべつの和え物 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・ねぎ・ きやべつ・きゅうり・塩こんぶ / 醤油・みりん・煮干し みかん缶		牛乳 チョコチップパン
月	5 19	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・冷いんげん・干し椎茸・油・砂糖・醤油・酒 ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・醤油 白菜・厚揚げ・玉ねぎ・味噌・ねぎ・煮干し	ごはん	牛乳 りんご ビスケット
火	6 20	牛乳 せんべい	鶏肉のトマト煮 マゼドアンサラダ たまごスープ	鶏肉・カットトマト・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 きゅうり・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・塩昆布・ごま・味付け海苔)
水	7 21	プレーン ヨーグルト	魚の照り焼き ごぼうサラダ きやべつのみそ汁	魚の切り身・生姜・砂糖・醤油・みりん・油 ごぼう・きゅうり・かにかま・人参・ホールコーン・味噌・マヨネーズ・レモン汁・ごま きやべつ・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	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	8 22	牛乳 バナナ	ハンバーグ 添え野菜 オニオンスープ	合いびきミンチ・玉ねぎ・人参・生椎茸・パン粉・卵・塩・こしょう・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 きやべつ・きゅうり・トマト 玉ねぎ・人参・ベーコン・貝割れ菜・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	23	牛乳 コーンフレーク	豆腐の落とし揚げ 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・きゅうり・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・醤油 麩・人参・ねぎ・生椎茸・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳・豆乳もち (豆乳・砂糖・片栗粉 きな粉・砂糖・塩)
土	10 24	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 大根・油揚げ・(乾)わかめ・味噌・煮干し / 水・片栗粉・ごま油 オレンジ	ごはん	牛乳 ミニパン
誕生会	9	牛乳 コーンフレーク	シーフードピラフ 鶏肉のさっぱり煮・春雨サラダ すまし汁・果物	米・ベーコン・ミックスベジタブル・玉ねぎ・えび・いか・バター・コンソメ・塩 チキンステック・砂糖・醤油・酢・ケチャップ / 春雨・ロースハム・きゅうり・人参・マヨネーズ・塩・こしょう しめじ茸・えのき茸・卵・ねぎ・醤油・煮干し / みかん		牛乳 フルーツゼリー ウエハース



おひだせ

* 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。

