






# こんだてひょう



平成29年7月

清武中央こども園

曜日	日	未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	10 24	牛乳 塩せんべい	魚の甘煮 ほうれん草のごま和え 豆腐の味噌汁 果物	魚・砂糖・醤油・しょうが・みりん・だし汁 ほうれん草・もやし・人参・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・しょうゆ 豆腐・人参・えのき茸・乾燥わかめ・葱・味噌・煮干し / パイン缶	ごはん	牛乳 ロールケーキ
火	11 25	牛乳 クッキー	ズッキーニ入りみそ炒め 果物 お麩のすまし汁	豚肉・玉葱・ズッキーニ・ピーマン・カラーピーマン・人参・なす・しめじ茸・しょうが みかん缶 / 油・砂糖・味噌・醤油・みりん・酒・片栗粉 乾燥わかめ・麩・生椎茸・葱・醤油・みりん・塩・カツオ節・だし昆布	ごはん	牛乳 バナナ ココナッツサブレ
水	12 26	飲むヨーグルト せんべい	鶏肉のワイン煮・添)野菜 マセドアンサラダ パスタスープ	鶏肉・油・砂糖・醤油・ワイン 添)レタス・トマト 胡瓜・じゃが芋・人参・パイン缶・マヨネーズ・ヨーグルト・塩こしょう マカロニ・玉葱・エリンギ・人参・パセリ・塩・こしょう・醤油・鶏がら	ごはん	牛乳 フルーツゼリー (寒天パパ)
木	13 27	牛乳 ビスコ	マーボー豆腐 ハムともやしの中華和え えびのスープ	豚ミンチ・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・グリーンピース・にんにく・生姜・味噌・砂糖 ハム・もやし・胡瓜・春雨・卵・油・砂糖・酢・醤油・ごま油 醤油・ごま油・油・片栗粉 えび・人参・えのき茸・にら・乾燥わかめ・醤油・鶏がら	ごはん	牛乳 プリン
金	28	牛乳 卵ボーロ	大豆と魚の揚げ煮 トマトの甘酢づけ 玉葱の味噌汁	さつま芋・ゆで大豆・魚切り身・片栗粉・油・砂糖・醤油・ごま・だし汁 トマト・玉葱・パセリ・砂糖・酢・塩・油 / 玉葱・油揚げ・乾燥わかめ・人参・葱・味噌・煮干し	ごはん	お茶 すいか クラッカー
土	1 15 29	牛乳 お菓子	サラダ麺 添)トマト オニオンスープ	中華麺・レタス・胡瓜・ツナ缶・レモン汁・卵・油・酢・醤油 トマト / 砂糖・リンゴ・玉ねぎ・ごま・だし汁 玉葱・人参・ベーコン・貝割れ菜・塩・こしょう・醤油・鶏がら		お茶 スティックパン
月	3 17	牛乳 せんべい	八宝菜 コーンスープ・果物	豚肉・えび・いか・キャベツ・玉葱・人参・ゆでたけのこ・干し椎茸・葱 ごま油・砂糖・醤油・だし汁・片栗粉 ホールコーン・クリームコーン・玉葱・バター・人参・牛乳・パセリ・塩/みかん缶	ごはん	牛乳・ストロベリーマフィン (ホットケーキミックス・卵・バター イチゴジャム・バター・牛乳)
火	4 18	牛乳 コーンフレーク	魚の塩焼き わかめと胡瓜の酢の物 沢煮わん	甘塩鮭・油 乾燥わかめ・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・醤油 豚肉・大根・ごぼう・人参・しめじ茸・葱・醤油・ごま油・煮干し	ごはん	お茶 アイスクリーム ウエハース
水	5 19	牛乳 バナナ	いりどり きゃべきゃべサラダ 小松菜の味噌汁	じゃが芋・鶏肉・人参・ごぼう・干し椎茸・グリーンピース・油・砂糖・醤油・みりん キャベツ・人参・ホールコーン・ツナ缶・マヨネーズ 小松菜・豆腐・油揚げ・乾燥わかめ・味噌・煮干し	ごはん	お茶・焼きそば (中華麺・豚肉・キャベツ・人参・おたふく ソース・ケチャップ・カツオ節・青のり)
木	6 20	飲むヨーグルト せんべい	魚の南蛮 かぼちゃの煮物 なすの味噌汁	魚切り身・塩・片栗粉・油・玉葱・胡瓜・トマト・砂糖・酢・醤油・だし汁 南瓜・砂糖・醤油・だし汁 なす・えのき茸・人参・厚揚げ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 パイン缶 クッキー
金	7 21	牛乳 チーズ	ひじき入りハンバーグ 人参の甘煮・添えキャベツ 星の子スープ	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 人参・砂糖・バター / キャベツ おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・鶏がら	ごはん	カルピス バナナ
土	8 22	牛乳 お菓子	焼きビーフン ニラ入りかきたま汁・果物	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 干し椎茸・カレー粉・醤油・塩コショウ・ごま油 ニラ・ちくわ・人参・乾燥わかめ・卵・醤油・煮干し / バナナ		お茶 ミニクワッサン
誕生会	14	牛乳 せんべい	ビーフカレー から揚げ・果物 野菜サラダ・乳酸飲料	牛肉・人参・玉葱・じゃが芋・南瓜・グリーンピース・にんにく・リンゴ・油・カレールウ 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 / メロン レタス・胡瓜・人参・砂糖・酢・醤油・油・塩こしょう / 乳酸菌飲料		牛乳 りんごゼリー

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。

