



令和4年 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	7 21	牛乳 ビスケット	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・玉ねぎ・人参・生しいたけ・チンゲン菜・醤油・塩P ソフトさきいか・キャベツ・人参・胡瓜・マヨネーズ・塩 / 鶏がら・ごま油 レバー・生姜・にら・砂糖・醤油・カレー粉・酒	ごはん	牛乳 フルーツサンド <small>(ロールパン・みかん缶・パイナップル・生クリーム・砂糖)</small>
火	8 22	牛乳 クラッカー	ポークジンジャー 野菜サラダ 小松菜の澄まし汁	豚肉・玉ねぎ・生姜・砂糖・醤油・油・片栗粉 キャベツ・トマト 小松菜・かまぼこ・えのき・人参・醤油・塩・昆布・煮干し	ごはん	牛乳 いちご せんべい
水	9	牛乳 クラッカー	大豆の五目煮 甘酢きゃべつ カボチャの味噌汁	大豆・鶏肉・人参・ごぼう・刻み昆布・さやいんげん・砂糖・醤油・みりん・酒・だし汁 キャベツ・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・塩・(醤油・レモン汁) 玉ねぎ・南瓜・わかめ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 焼き芋
木	10 24	牛乳 チーズ	いかの煮物 ほうれん草の菜の花風あえ 豆腐のみそ汁	いか・大根・人参・里芋・砂糖・醤油・酒・出し汁 ほうれん草・人参・卵・油・ごま・砂糖・醤油・酒・酢 豆腐・しめじ茸・(乾)わかめ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 オレンジ ココナツサブレ
金	25	飲むヨーグルト お菓子	おび天 添)ブロッコリー、トマト すまし汁	魚のすり身・豆腐・生姜・ニラ・ごぼう・味噌・黒砂糖・片栗粉・卵・揚げ油 ブロッコリー・トマト 玉ねぎ・人参・エノキ茸・葱・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	牛乳・バナナマフィン <small>(上新粉・BP・レモン汁・バナナペースト 豆乳・油・砂糖・塩)</small>
土	12 26	牛乳 お菓子	キャベツとツナの Pasta ポパイスープ	スパゲティ・ツナ・キャベツ・玉ねぎ・人参・油・にんにく・醤油・塩P ほうれん草・豆腐・ベーコン・醤油・塩P・鶏がら / みりん・もみのり		お茶 スティックパン
月	14 28	牛乳 卵ボーロ	タンドリーチキン 添)レタス キャベツとコーンのサラダ パンプキンスープ	鶏モモ肉・にんにく・生姜・ケチャップ・ヨーグルト・カレー粉・塩P・醤油・油 キャベツ・ホールコーン・人参・油・酢・砂糖・塩コショウ・(醤油) 南瓜・玉ねぎ・パセリ・牛乳・塩P・醤油・煮干・鶏がら	パン	お茶 ごまじゃこおにぎり <small>(米・しらす・ごま・ゆかり)</small>
火	1 15	牛乳 せんべい	魚のムニエル 白菜の塩昆布和え ニラ入りかきたま汁	魚の切り身・塩P・白ワイン・小麦粉・バター・油・レモン汁・砂糖・醤油・片栗粉 白菜・人参・胡瓜・ホールコーン・塩昆布・砂糖・ごま油・醤油・酢 ニラ・ちくわ・人参・えのき・卵・醤油・煮干し	ごはん	お茶 ヨーグルト お菓子
水	2 16	牛乳 みかん缶	肉じゃが 胡瓜のレモン風味和え わかめのみそ汁	豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・インゲン・油・砂糖・醤油・みりん 胡瓜・レタス・みかん缶・砂糖・レモン汁・油・塩 (乾)わかめ・もやし・豆腐・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 リングドーナツ
木	3 17	ヨーグルト	魚のマヨネーズ焼き こぎつねサラダ きのこのスープ	魚の切り身・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・ごま・酢・醤油・砂糖 エリンギ・しめじ茸・玉ねぎ・人参・葱・醤油・塩P・鶏ガラ	ごはん	牛乳 バナナ クラッカー
金	18	牛乳 コーンフレーク	とんかつ 添え(キャベツ、トマト) みそ汁	豚肉・塩P・小麦粉・卵・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・みりん・砂糖 キャベツ・トマト 白菜・油揚げ・人参・葱・味噌・煮干し	ごはん	お茶 マカロニのあべかわ <small>(マカロニ・きな粉・砂糖・塩)</small>
土	5 19	牛乳 お菓子	五目うどん きゅうりのたたき漬け 果物(みかん缶)	うどん・鶏肉・卵・(乾)わかめ・生しいたけ・葱・醤油・みりん・煮干し 胡瓜・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 みかん缶		お茶 クリームパン
誕生会	4	牛乳 せんべい	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・プリン	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・ハム/ブロッコリー 苺 / ヤクルト / ミニプリン		牛乳 ミニケーキ



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。