






# こんだて表



令和4年 9月清武中央こども園

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	ポークソテーの和風ソース 添え野菜(きゃべつ・人参・トマト) 大根の味噌汁	豚肉・玉ねぎ・しょうが・しょうゆ・酒・油・みそ・砂糖・ケチャップ・水・片栗粉 きゃべつ・人参・トマト 大根・人参・葱・油揚げ・(乾)わかめ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ふかし芋 (さつま芋)
火	13 27	牛乳 卵ボーロ	白身魚のチーズフライ トマトの甘酢漬け 白菜のみそ汁	白身魚・塩こしょう・醤油・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩・(油) 白菜・人参・じゃが芋・わかめ・ネギ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 リンゴ せんべい
水	14 28	牛乳 バナナ	筑前煮 マカロニサラダ 玉ねぎの味噌汁	鶏肉・ちくわ・人参・インゲン・椎茸・じゃが芋・ごぼう・油・砂糖・醤油・みりん ロースハム・胡瓜・マカロニ・人参・マヨネーズ・塩コショウ 玉ねぎ・キャベツ・しめじ・人参・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 おはぎ (もち米・きな粉・砂糖)
木	1 15 29	飲むヨーグルト おかし	鶏肉のみそ焼き 子ぎつねサラダ ベーコンチャウダー	鶏肉・砂糖・味噌・みりん・酒・油・白ごま 油揚げ・白菜・ほうれん草・かつお節・ゴマ・酢・醤油・砂糖 ベーコン・玉ねぎ・じゃが芋・人参・パセリ・バター・小麦粉・牛乳・鶏ガラ	ごはん	牛乳 みかん かりんとう
金	2 16 30	牛乳 ビスコ	鮭の味噌バター焼き ほうれん草ともやしのごま和え 中華スープ	鮭・バター・味噌・砂糖・酒・醤油・生姜 ほうれん草・もやし・人参・ごま・砂糖・しょうゆ 玉ねぎ・人参・ニラ・椎茸・醤油・ゴマ油・鶏ガラ	ごはん	お茶 カップヨーグルト クッキー
土	3 17	牛乳 菓子等	スパゲティミートソース 卵スープ	スパゲティ・豚ミンチ・ナス・玉ねぎ・人参・しめじ・パセリ・油・ケチャップ 味噌・砂糖・粉チーズ 卵・椎茸・人参・チンゲン菜・醤油・鶏ガラ		お茶 バームクーヘン
月	5	牛乳 チーズ	里芋の煮ころがし かみかみサラダ もやしの味噌汁	里芋・合挽ミンチ・人参・千切り大根・インゲン・砂糖・醤油・みりん・片栗粉 ソフトさきいか・キャベツ・人参・胡瓜・マヨネーズ・塩 もやし・玉ねぎ・わかめ・厚揚げ・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	お茶 マカロニあべかわ (マカロニ・黄粉・砂糖)
火	6 20	ヨーグルト	チキン南蛮 添え(トマト・胡瓜・レタス) もずくのスープ	鶏肉・塩こしょう・小麦粉・卵・油・砂糖・酢・しょうゆ・しょうが・だし汁・卵 パセリ・玉ねぎ・マヨネーズ・砂糖・レモン汁 / トマト・レタス・胡瓜 もずく・人参・エノキ・豆腐・ねぎ・醤油・塩コショウ・ゴマ油・かつお節・だし昆布	ごはん	牛乳 バナナ・カリカリいりこ (いりこ・砂糖・醤油・バター)
水	7 21	牛乳 卵ボーロ	豚肉とゴボウの炒め煮 白菜とリンゴのサラダ 豆腐の味噌汁	豚肉・ごぼう・人参・インゲン・干しシタケ・油・砂糖・醤油・みりん・ごま 白菜・人参・リンゴ・砂糖・酢・塩・油 豆腐・油揚げ・人参・小松菜・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・ホットケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・卵 牛乳・バター・イチゴジャム)
木	8 22	牛乳 ビスケット	牛肉とキャベツのプルコギ えのきのスープ 果物	牛肉・キャベツ・もやし・人参・ニラ・ピーマン・ゴマ油・焼き肉のタレ・酒・ゴマ えのき茸・人参・豆腐・ねぎ・醤油・塩・煮干し オレンジ	ごはん	牛乳 クラッシュゼリー (寒天パパ・パイン缶)
金	23			<b>秋分の日</b>		
土	10 24	牛乳 菓子等	肉うどん 胡瓜とちくわの酢の物	うどん・牛肉・砂糖・醤油・酒・人参・椎茸・ねぎ・醤油・みりん・煮干し・生姜 胡瓜・わかめ・人参・ちくわ・ゴマ・酢・砂糖・醤油		お茶 メロンパン
誕生会	9	牛乳 せんべい	麦飯カレー 鶏のから揚げ 野菜サラダ・果物	麦・豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ピーマン・油・カレールー 鶏肉・生姜・醤油・卵・片栗粉・揚げ油 レタス・胡瓜・トマト・マヨネーズ / 梨		牛乳 うさぎのマシュマロ (マシュマロ・チョコレート)



行事等により献立を変更する場合がございます。

