



1.2がつ こんだてひょう



令和3年 黒坂保育園



曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	6.20	牛乳 クラッカー	ポトフ 小松菜のマヨネーズ和え 果物	鶏肉・ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・ブロッコリー・塩P・醤油・鶏がら 小松菜・大根・人参・油揚げ・すりごま・マヨネーズ・砂糖・酢・しょうゆ オレンジ	ごはん	牛乳・野菜蒸しパン (野菜ジュース・卵・牛乳・小麦粉・BP・砂糖・バター)
火	7.21	牛乳 バナナ	魚のカレームニエル かぼちゃの煮物 わかめの味噌汁	魚切り身・塩コショウ・小麦粉・カレーパウダー・バター・油 かぼちゃ・砂糖・醤油・出し汁 わかめ・厚揚げ・人参・大根・味噌・煮干し	ごはん	お茶 カップヨーグルト クラッカー
水	8.22	牛乳 卵ボーロ	牛ひき肉と豆のチリソース風煮 胡瓜とリンゴのサラダ 卵スープ	トマトの水煮・ゆで大豆・じゃが芋・人参・玉ねぎ・牛ひき肉・にんにく・ケチャップ 胡瓜・りんご・人参・ハム・油・砂糖・酢・醤油 /ウスターソース・スキムミルク・塩P・パセリ・粉チーズ エノキ・玉ねぎ・人参・葱・卵・醤油・塩・煮干し	パン	牛乳 オレンジゼリー (ゼリーの素)
木	9.23	牛乳 ビスケット	魚の煮付け ほうれん草の白和え きのこのスープ	魚の切り身・シヨウガ・砂糖・みりん・醤油 ほうれん草・豆腐・胡瓜・人参・ごま・砂糖・みりん・味噌 エリンギ・しめじ・玉ねぎ・人参・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 カステラ
金	10	ヨーグルト	チキンカツ 添え野菜 かぼちゃの味噌汁	ささみ・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 キャベツ・胡瓜・カラーピーマン わかめ・カボチャ・油揚げ・人参・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	お茶・ぜんざい (あずき・砂糖・塩・あられ)
土	11.25	牛乳 せんべい	カレーうどん おからサラダ みかん	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ほうれん草・油・カレールー・鶏がら 胡瓜・人参・かつお節・醤油・マヨネーズ みかん		牛乳 ミニクリームパン
月	13.27	牛乳 卵ボーロ	とろーりチーズのポークケチャップ 大根サラダ もずくのすまし汁	豚肉・玉ねぎ・酒・片栗粉・ケチャップ・醤油・砂糖・溶けるチーズ・パセリ 大根・ツナ缶・胡瓜・人参・酢・油・醤油・砂糖・塩こしょう もずく・えのき茸・人参・ねぎ・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	牛乳 ジャムサンド (サンドイッチ用パン・いちご)
火	14.28	牛乳 ウエハース	焼き魚 二色野菜の香味漬け 大根葉のみそ汁	甘塩鮭 キャベツ・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 大根葉・えのき茸・玉葱・油揚げ・味噌・煮干	ごはん	牛乳 バナナ 黒棒
水	1.15	牛乳 コーンフレーク	カブのクリームシチュー おからサラダ 果物	鶏肉・かぶ・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・バター・シチューの素・牛乳 おから・ロースハム・胡瓜・卵・油・マヨネーズ・塩コショウ パイン缶	パン	お茶 わかめご飯 (米・わかめご飯の素)
木	2.16	牛乳 リンゴ	魚の西京焼き 大豆とひじきの炒り煮 キャベツの味噌汁	白身魚・味噌・みりん・酒・砂糖・油 ゆで大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・干し椎茸・砂糖・醤油・酒 厚揚げ・キャベツ・玉ねぎ・味噌・葱・煮干し	ごはん	牛乳 ふかし芋
金	3.17	ヨーグルト	白菜と肉団子のスープ カボチャサラダ 果物	鶏ミンチ・卵・豆腐・片栗粉・葱・白菜・ほうれん草・人参・干し椎茸・春雨 カボチャ・胡瓜・人参・ちくわ・マヨネーズ・塩こしょう / 醤油・酒・塩・煮干 みかん缶	ごはん	牛乳 マカロニアベかわ (マカロニ・黄な粉・砂糖・塩)
土	4.18	牛乳 ビスコ	シーフードナポリタン エノキスープ 果物	スパゲティ・むきエビ・イカ・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム・油・塩コショウ・ケチャップ・粉チーズ・バター わかめ・エノキ・玉ねぎ・葱・醤油・みりん・煮干し バナナ		牛乳 スティックパン
誕生会	24	お茶 ウエハース	ゆかりおにぎり・果物 マカロニサラダ・ブロッコリー・フライドポテト から揚げ・豆腐のスープ	米・ゆかりご飯の素 りんご マカロニ・胡瓜・人参・マヨネーズ/添え・ブロッコリー/フライドポテト 鶏肉・片栗粉・生姜・みりん・醤油・油 /えのき茸・豆腐・葱・醤油・鶏がら		ココア牛乳 サンタさんの三色ゼリー