



こんだてひょう



平成30年1月黒坂保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	15 29	ヨーグルト	千切り大根の含め煮 卵入りおからサラダ 小松菜の味噌汁	ツナ缶・千切り大根・いんげん・人参・干し椎茸・油・砂糖・醤油・みりん・だし汁 おから・ロースハム・きゅうり・卵・油・マヨネーズ・塩P 小松菜・油揚げ・しめじ茸・玉葱・味噌・煮干し	 (白玉粉・小麦粉・ココア・BP・卵・バター・砂糖)	牛乳 ココアケーキ
火	16 30	牛乳 ウエハース	五目さんびら 煮豆 南瓜の味噌汁	牛肉・ごぼう・人参・いんげん・干し椎茸・油・砂糖・醤油・みりん・ごま 金時豆・砂糖・塩 南瓜・乾)わかめ・厚揚げ・にら・味噌・煮干し		牛乳 りんご ミニサラダ
水	17 31	牛乳 卵ボーロ	味噌おでん すまし汁 果物(みかん)	卵・さつま揚げ・鶏手羽中・人参・大根・昆布・味噌・砂糖・醤油・だし汁 豆腐・えのき茸・青菜・人参・醤油・塩・煮干し みかん	 (さつま芋・かえりいりこ・小麦粉・卵・青のり・油)	牛乳 ポリポリおいも
木	4 18	牛乳 せんべい	コーンシチュー きゃべきゃべサラダ ウインナー	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・ブロッコリー・ホールコーン・油・シチューの素 きゃべつ・人参・みかん缶・酢・油・砂糖・醤油・塩P ウインナー		4日・牛乳・クッキー 18日・ヨーグルト クッキー
金	5 19	牛乳 バナナ	揚げ魚のごま和え 添)レタス・トマト 白菜のコトコトスープ	白身魚・塩・酒・片栗粉・油・醤油・砂糖・ごま油・葱・白ごま レタス・トマト・マヨネーズ 白菜・じゃが芋・鶏肉・人参・パセリ・豆乳・小麦粉・塩P・鶏がら	 (うどん・乾)わかめ・鶏肉・葱・醤油・みりん)	お茶 わかめうどん
土	6 20	牛乳 クッキー	七草雑炊 もやしのじゃこ炒め	鶏肉・干し椎茸・ほうれん草・人参・大根・里芋・ごぼう・えのき茸・醤油 /塩・卵・煮干し もやし・ピーマン・人参・ちりめん・ごま油・塩・砂糖・醤油		牛乳 ドーナツ
月	22	ヨーグルト	南瓜のそぼろあん なます えのきのスープ/みかん	南瓜・鶏ミンチ・グリーンピース・玉葱・油・砂糖・醤油・酒・片栗粉・だし汁 大根・きゅうり・人参・塩・酢・砂糖 乾)わかめ・えのき茸・もやし・ちくわ・葱・醤油・みりん・煮干し /みかん		牛乳 バナナ ビスケット
火	9 23	牛乳 果物(パイン缶)	魚の磯辺揚げ カリフラワーサラダ 大根のみそ汁	魚の切り身・塩P・小麦粉・卵・青海苔・油 ブロッコリー・カリフラワー・ホールコーン・ベーコン・マヨネーズ 大根・油揚げ・人参・葱・味噌・煮干し	 (ホットケーキミックス・BP・砂糖・卵・牛乳・バター・ジャム)	牛乳 ホットケーキ
水	10 24	牛乳 クッキー	ひじき豆腐 いかの酢みそ和え・果物(いちご) かきたま汁	合ミンチ・ひじき・豆腐・玉葱・人参・いんげん・油・砂糖・醤油・塩・酒 いか・胡瓜・乾)わかめ・味噌・砂糖・酢・ごま・塩 卵・生椎茸・貝割菜・人参・醤油・みりん・煮干し		牛乳 チーズ ビスコ
木	11 25	牛乳 クラッカー	カレー コーンとわかめのサラダ 果物(みかん)	豚肉・人参・玉葱・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールウ ホールコーン・乾)わかめ・ツナ缶・レモン汁・人参・胡瓜・油・酢・塩P・砂糖・醤油 みかん		お茶 ぜんざい あられ
金	26	牛乳 チーズ	魚の塩焼き おかか・和え けんちん汁	甘塩鮭 白菜・ほうれん草・人参・かつお節・醤油・だし汁 鶏肉・大根・里芋・ごぼう・人参・生椎茸・油揚げ・葱・醤油・煮干し・片栗粉		お茶 お好み焼き
土	13 27	牛乳 せんべい	シーフードナポリタン スパゲティ オニオンスープ	スパゲティ・むき海老・いか・玉葱・人参・ピーマン・マッシュルーム 油・塩P・ケチャップ・粉チーズ・バター ウインナー・玉葱・人参・パセリ・醤油・鶏がら・塩P		牛乳 スティックパン
誕生会	12	牛乳 ビスケット	ちらし寿司 魚の竜田揚げ・いちご キャベツサラダ・かき卵汁	ちりめん・干し椎茸・ごぼう・人参・油揚げ・竹の子・かまぼこ・砂糖・醤油・煮干し 白身魚・生姜・みりん・片栗粉・醤油・油 /いちご /だし昆布・砂糖・酢・塩・ごま 胡瓜・ロースハム・きゃべつ・マカロニ・マヨネーズ /卵・えのき茸・乾)わかめ・葱・煮干し・醤油		牛乳 プリン



★都合によりメニューの変更があります。ご了承ください。

