



こんだてひょう



令和3年 7月 清武中央こども園

曜日	日	未満児おやつ	副食	材 料	未満児	3時 おやつ
月	5 19	牛乳 バナナ	いりどり きゃべきゃべサラダ もやしの味噌汁	じゃが芋・鶏肉・人参・ごぼう・干し椎茸・いんげん・炒め油 キャベツ・人参・ホールコーン・ツナ缶・マヨネーズ /砂糖・醤油・みりん もやし・厚揚げ・乾燥若芽・人参・ニラ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・ブルーベリーマフィン ホットケーキミックス・卵・砂糖 ブルーベリージャム・バター・豆乳
火	6 20	牛乳 卵ボーロ	魚のチーズ焼き オクラの和え物 もずくのすまし汁	白身魚・塩・小麦粉・油・マヨネーズ・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン おくら・ひきわり納豆・人参・かつお節・醤油 もずく・えのき茸・かまぼこ・葱・醤油・煮干し	ごはん	お茶 すいか
水	7 21	牛乳 みかん缶	牛肉の甘辛炒め トマトの甘酢づけ ソーメンのすまし汁	牛肉・キャベツ・人参・玉葱・油・砂糖・醤油・みりん トマト・玉葱・パセリ・砂糖・酢・塩・油 そうめん・卵・ねぎ・人参・椎茸・醤油・塩・だし昆布・かつお節	ごはん	牛乳 クロワッサン
木	8	牛乳 コーンフレーク	魚の塩焼き ほうれん草の胡麻和え じゃが芋のみそ汁/果物	甘塩鮭 ほうれん草・人参・もやし・ゴマ・砂糖・醤油 さと芋・なっば・厚揚げ・人参・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 りんごゼリー せんべい
金	9	カップヨーグルト	鶏肉のカレー揚げ ほうれん草のチーズおかか和え 豆腐のみそ汁	鶏肉・生姜・卵・砂糖・醤油・酒・カレー粉・片栗粉・揚げ油 ほうれん草・粉チーズ・人参・かつお節・醤油 豆腐・人参・えのき茸・玉葱・葱・味噌・煮干し	ごはん	オレンジジュース ムーンライト
土	10 24	牛乳 菓子	サラダスパゲティ 添)トマト オニオンスープ	スパゲティ・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・パセリ・塩こしょう・醤油・煮干し(鶏がら)		お茶 スティックパン
月	12 26	牛乳 ビスケット	鶏肉のワイン煮 ポテトサラダ/添え野菜 コーンスープ	鶏肉・油・砂糖・醤油・ワイン 胡瓜・じゃが芋・人参・マヨネーズ・ハム・塩こしょう /レタス・トマト ホールコーン・クリームコーン・玉葱・バター・人参・豆乳・パセリ・塩こしょう・鶏がら	パン	お茶・フルーチェ (フルーツムースの素・牛乳) クラッカー
火	13 27	ヨーグルト	ズッキーニ入りみそ炒め 胡瓜のゆかり和え お麩のすまし汁	豚肉・玉ねぎ・ズッキーニ・ピーマン・カラーピーマン・ナス・シメジ茸・生姜 胡瓜・人参・ゆかり粉 /油・砂糖・味噌・醤油・みりん・酒・片栗粉 小松菜・麩・豆腐・人参・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳 パイン缶 せんべい
水	14 28	牛乳 ビスコ	ひじき入りハンバーグ マカロニサラダ 星の子スープ	合挽きミンチ・玉葱・ひじき・生パン粉・牛乳・卵・塩こしょう・油・ケチャップ・ソース・砂糖 マカロニ・胡瓜・人参・ハム・マヨネーズ・レタス おくら・玉葱・人参・ベーコン・えのき茸・醤油・塩こしょう・鶏がら	ごはん	お茶 かき氷
木	15 29	牛乳 チーズ	マーボー豆腐 千切り大根のさっぱりサラダ 中華スープ	豚ミンチ・豆腐・玉葱・人参・干し椎茸・いんげん・ニンニク・生姜・味噌・砂糖・塩・醤油 ほうれん草・千切り大根・人参・ツナ・酢・砂糖・醤油・ゴマ /ごま油・片栗粉・油 人参・えのき茸・ニラ・乾燥若芽・醤油・みりん・鶏がら	ごはん	牛乳 オレンジ ココナツサブレ
金	30	牛乳 バナナ	魚の南蛮 カボチャの煮物 なすのみそ汁	魚切り身・塩こしょう・片栗粉・油・玉ねぎ・胡瓜・トマト・砂糖・酢・醤油・だし汁 カボチャ・砂糖・醤油・だし汁 なす・しめじ茸・人参・厚揚げ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 フルーツゼリー (寒天パパ・パイン缶)
土	17 31	牛乳 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・油・カレー粉・醤油・塩コショウ・ごま油 ニラ・ちくわ・人参・えのき茸・卵・醤油・鶏がら /みかん缶		お茶 リングドーナツ
誕生会	16	牛乳 せんべい	おにぎり・チキンリング・ウインナー フライドポテト・野菜スティック・ナポリタン ミニアメリカンドッグ・みかん缶	米・若芽おにぎりの素/チキンリング/ウインナー フライドポテト・油 /胡瓜・人参・塩・マヨネーズ /スパゲティ・玉葱・ピーマン・ケチャップ ミニアメリカンドッグ・油 /みかん缶		お茶 フローズンゼリー (ピーチ味)

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。