



# こんだてひょう



| 曜日  | 日             | 朝の未満児おやつ      | 副食                                      | 材 料                                                                                                              | 主食                                                                                    | 3時 おやつ                                             |
|-----|---------------|---------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 月   | 8<br>22       | 牛乳<br>せんべい    | 牛肉とごぼうの炒め煮<br>きゃべつとリンゴのサラダ<br>じゃが芋のみそ汁  | 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<br>きゃべつ・人参・りんご・砂糖・酢・塩・油<br>じゃが芋・白菜・油揚げ・わかめ・味噌・煮干し                             | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>マカロニのあべかわ<br>(マカロニ・きな粉・砂糖・塩)                 |
| 火   | 9<br>23       | 牛乳<br>チーズ     | にしき揚げ<br>きゅうりとちくわの酢の物<br>麩のすまし汁         | 魚すり身・えび・ひじき・むき枝豆・人参・ホールコーン・小麦粉・卵<br>胡瓜・人参・ちくわ・ごま・酢・醤油・砂糖 /味噌・醤油・油<br>麩・人参・生椎茸・貝割れ大根・醤油・煮干し                       | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>バナナ<br>クッキー                                  |
| 水   | 10<br>24      | 牛乳<br>パイン缶    | 豆腐入りハンバーグ<br>添え野菜(きゃべつ・トマト)<br>パンプキンスープ | 豚ミンチ・豆腐・おから・人参・玉ねぎ・卵・味噌・生姜汁・酒<br>きゃべつ・トマト・マヨネーズ /片栗粉・油・ケチャップ・ソース・砂糖<br>南瓜・玉ねぎ・パセリ・牛乳・塩・コンソメ                      | パン                                                                                    | お茶<br>ゆかりごはん<br>(ゆかり・ごま)                           |
| 木   | 11<br>25      | 飲むヨーグルト       | 肉じゃが<br>ハムサラダ<br>白菜のみそ汁                 | 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・いんげん・油・砂糖・醤油・酒<br>キャベツ・胡瓜・トマト・ハム・マヨネーズ<br>白菜・人参・厚揚げ・葱・味噌・煮干し                                      | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>オレンジ<br>丸ボーロ                                 |
| 金   | 26            | 牛乳<br>ビスコ     | 魚の香り焼き<br>アスパラソテー<br>もずくのすまし汁・りんご       | 切り身・ごま・にんにく・生姜・葱・砂糖・酒・醤油・みりん・油<br>グリーンアスパラ・しめじ茸・ベーコン・バター・玉ねぎ・醤油・塩P<br>もずく・豆腐・人参・葱・醤油・だし昆布・かつお節                   | ごはん                                                                                   | 牛乳・ウインナーボール<br>(ウインナー・小麦粉・ベーキング<br>パウダー・卵・砂糖・豆乳・油) |
| 土   | 27            | 牛乳<br>ビスケット   | 木の葉丼<br>甘酢キャベツ<br>パイン缶                  | 豚肉・ちくわ・玉ねぎ・人参・干し椎茸・葱・卵・もみり・砂糖・みりん・醤油<br>キャベツ・胡瓜・ごま・砂糖・酢・塩・醤油<br>パイン缶                                             | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>ミニパン                                         |
| 月   | 1<br>15<br>29 | 牛乳<br>バナナ     | 豚肉ときゃべつの甘辛炒め<br>ちくわとゆかいな仲間たち<br>豆腐のみそ汁  | 豚肉・人参・玉ねぎ・きゃべつ・生しいたけ・油・砂糖・醤油・みりん<br>ちくわ・干切り大根・胡瓜・トマト・マヨネーズ・醤油・酢・白ごま<br>豆腐・人参・わかめ・葱・味噌・煮干し                        | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>ふかし芋                                         |
| 火   | 2<br>16<br>30 | 牛乳<br>卵ボーロ    | 魚の塩焼き<br>マカロニサラダ<br>中華スープ               | 塩鮭<br>ハム・胡瓜・人参・マカロニ・マヨネーズ・キャベツ・ツナ<br>チンゲン菜・しめじ茸・玉ねぎ・人参・卵・醤油・塩・鶏がら・ごま油                                            | ごはん                                                                                   | お茶<br>カップヨーグルト<br>クラッカー                            |
| 水   | 17<br>31      | 牛乳<br>チーズ     | 筑前煮<br>ひじきの白和え<br>玉ねぎのみそ汁               | 鶏肉・ちくわ・人参・いんげん・干し椎茸・里芋・竹の子・油・砂糖・醤油・みりん<br>ひじき・糸こんにゃく・油・砂糖・醤油・人参・ほうれん草・豆腐・ごま・砂糖・みりん・味噌<br>玉ねぎ・キャベツ・しめじ茸・人参・味噌・煮干し | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>菓子パン<br>(じゃりパンの予定)                           |
| 木   | 18            | 飲むヨーグルト       | 魚のフライオーロラソースかけ<br>二色和え<br>わかめスープ        | 魚の切り身・塩P・小麦粉・卵・パン粉・油・ケチャップ・マヨネーズ<br>ほうれん草・卵・油・ごま・砂糖・醤油・塩<br>わかめ・もやし・人参・玉ねぎ・葱・醤油・塩・鶏がら・ごま油                        | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>りんご<br>せんべい                                  |
| 金   | 19            | 牛乳<br>コーンフレーク | 鶏肉のオープン焼き<br>添え野菜<br>大根のみそ汁             | 鶏肉・塩・片栗粉・葱・生姜・ごま油・醤油・酢・砂糖<br>キャベツ・トマト・マヨネーズ<br>大根・油揚げ・人参・にら・味噌・煮干し                                               | ごはん                                                                                   | 牛乳・ゼリー・ビスケット<br>(アガー・砂糖・ぶどう<br>ジュース・パイン缶)          |
| 土   | 6<br>20       | 牛乳<br>クッキー    | シーフードナポリタン<br>スパゲティ<br>えのきのスープ・バナナ      | スパゲティ・ベーコン・むきえび・いか・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム<br>/油・塩P・ケチャップ・粉チーズ・バター<br>えのき茸・人参・豆腐・葱・醤油・鶏がら/バナナ                        |  | 牛乳<br>バームクーヘン                                      |
| 誕生会 | 12            | 牛乳<br>ビスコ     | チキンカツカレー<br>マカロニサラダ・ブロッコリー<br>いちご・乳酸飲料  | 豚ミンチ・人参・玉ねぎ・じゃが芋・油・カレーパウダー・鶏肉・卵・小麦粉・パン粉・油<br>マカロニ・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩P・ハム・キャベツ/ブロッコリー<br>いちご /乳酸飲料                     | ごはん                                                                                   | 牛乳<br>ミニロールケーキ                                     |

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。