



こんだてひょう



令和4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	11 25	牛乳 ビスコ	シーフードカレー きやべきやべサラダ 果物	鶏肉・むきエビ・イカ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・グリーンピース・油・ニンニク・カレールー キャベツ・人参・ホールコーン・ハム・マヨネーズ オレンジ	ごはん	牛乳 バナナ かりんとう
火	12 26	飲むヨーグルト お菓子	魚のチーズ焼き ほうれん草のごま和え 豆腐スープ	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 ほうれん草・人参・もやし・ゴマ・砂糖・醤油 豆腐・人参・にら・(乾)わかめ・鶏ガラ	ごはん	お茶 すいか せんべい
水	13 27	牛乳 みかん缶	マーボー豆腐 千切り大根のさっぱりサラダ わかめスープ	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 (乾)わかめ・もやし・人参・玉ねぎ・ネギ・醤油・みりん・煮干し	ごはん	牛乳・マフィン (小麦粉・B,P・卵・砂糖・イチゴジャム・ バター・豆乳)
木	14 28	牛乳 チーズ	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・ツナ・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	ロールパン	お茶 アイスクリーム (メロンシャーベット)
金	1 15 29	牛乳 卵ボーロ	魚の塩焼き・添)レタス・トマト レバーの甘辛煮 じゃが芋のみそ汁	甘塩鮭 / レタス・トマト 鶏レバー・生姜・ニラ・砂糖・醤油・カレー粉・酒 じゃが芋・ネギ・厚揚げ・人参・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ブドウゼリー(寒天パパ) せんべい
土	2 16 30	牛乳 菓子	冷やし中華風 小松菜のスープ	中華麺・ハム・卵・油・もやし・胡瓜・トマト・ゴマ油・砂糖・酢・醤油 小松菜・ウインナー・人参・玉ねぎ・醤油・塩コショウ・鶏ガラ		お茶 メロンパン
月	4	牛乳 コーンフレーク	大豆の五目煮 じゃこ炒め かぼちゃのみそ汁	大豆・厚揚げ・鶏肉・人参・ゴボウ・刻み昆布・インゲン・砂糖・醤油・みりん・酒 ほうれん草・人参・ちりめん・ゴマ油・塩・砂糖・醤油 カボチャ・椎茸・ニラ・味噌・煮干し	ごはん	お茶 みるくっこ (牛乳・砂糖・片栗粉・きな粉・砂糖)
火	5 19	ヨーグルト	ズッキーニ入りみそ炒め きゅうりのたたき漬け お麩のすまし汁	豚肉・玉ねぎ・ズッキーニ・ピーマン・人参・ナス・シメジ茸・生姜 胡瓜・ゴマ油・生姜・砂糖・酢・醤油 / 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 オレンジ あられ
水	6 20	牛乳 卵ボーロ	鶏肉のワイン煮 マセドアンサラダ 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・ヨーグルト・塩こしょう 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	ロールパン	お茶 フルーチェ(イチゴ味) クラッカー
木	7 21	牛乳 チーズ	牛肉の甘辛炒め きゅうりの昆布和え そうめんのすまし汁	牛肉・キャベツ・人参・玉葱・油・砂糖・醤油・みりん 胡瓜・塩昆布 そうめん・ねぎ・かまぼこ・椎茸・醤油・塩・だし昆布・かつお節	ごはん	お茶 じゃこ入り芋天 (さつま芋・雑魚・小麦粉・卵・塩・青のり・油)
金	22	牛乳 バナナ	魚の南蛮漬け かぼちゃの煮物 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 手作りラスク (食パン・砂糖・バター・牛乳)
土	9 23	牛乳 菓子	スパゲッティナポリタン かきたまスープ	スパゲティー・ハム・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム缶・油・ケチャップ えのき・玉ねぎ・人参・ネギ・卵・醤油・塩・鶏ガラ		お茶 クリームパン
誕生会	8	牛乳 せんべい	おにぎり・コロケ・ウインナー・フライドポテト スパゲッティナポリタン・アメリカンドッグ 人参甘煮・胡瓜スティック・ミニプリン	米・若芽おにぎりの素・鶏ひき肉・豚ひき肉・卵・パン粉・油・ウインナー フライドポテト・油 / 胡瓜・人参・砂糖・スパゲティー・玉葱・ピーマン・ケチャップ ミニアメリカンドッグ・油 / ミニプリン		お茶 カップアイス (ソーダ・バニラ味)

都合により、メニューが変わることがあります。23日は未満児さんはパンとジュースです