



# 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	10 24	牛乳 せんべい	豆腐のそぼろ煮 きゅうりとかまぼこの酢の物 かぼちゃのみそ汁	豆腐・合いびき肉・玉ねぎ・人参・干し椎茸・グリーンピース・油・砂糖・醤油 きゅうり・わかめ・かまぼこ・ごま・酢・砂糖・醤油 かぼちゃ・ねぎ・しめじ茸・煮干し・味噌	ご飯	お茶・フルーツヨーグルト (ヨーグルト・もも缶・み かん缶)
火	11 25	牛乳 チーズ	魚のムニエル・ブロッコリー つわぶきの炒め煮 野菜スープ	魚切り身・塩・白ワイン・小麦粉・バター・油/ブロッコリー つわぶき・天ぷら・人参・ごま油・砂糖・醤油・だし汁・みりん キャベツ・玉ねぎ・人参・えのき茸・鶏がら・塩・醤油	ご飯	ミルクココア バナナ クッキー
水	12 26	飲むヨーグルト	カレー ごまじゃこ和え オレンジ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・グリーンピース・油・カレールー・にんにく しめじ茸・人参・小松菜・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・醤油 オレンジ	ご飯	牛乳・フレンチトースト (食パン・卵・牛乳・砂 糖・バター)
木	13 27	牛乳 パン缶	魚のチーズ焼き 大豆とひじきの炒り煮 筍のみそ汁	魚切り身・塩・小麦粉・油・マヨネーズ・醤油・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン 大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・生椎茸・油・砂糖・醤油・酒 竹の子・人参・厚揚げ・ねぎ・味噌・煮干し	ご飯	牛乳・豆乳蒸しパン (卵・砂糖・豆乳・油・小麦 粉・ベーキングパウダー)
金	28	牛乳 ビスコ	じゃがいもの煮物 白菜のツナ和え チンゲン菜のみそ汁	じゃがいも・鶏肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・油・砂糖・醤油・みりん・酒 白菜・もやし・人参・ツナ缶・醤油・砂糖・ごま油・酢 チンゲン菜・油揚げ・人参・わかめ・煮干し・味噌	ご飯	牛乳・プリン (プリンの素・牛乳・水) クラッカー
土	1 15	牛乳 卵ボーロ	肉うどん キャベツの即席漬け チーズ	うどん・牛肉・砂糖・醤油・酒・人参・生しいたけ・葱・醤油・みりん・煮干し・だし昆布 キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布 チーズ		牛乳 ドーナツ
月	3 17	牛乳 バナナ	魚の香味ソース 野菜サラダ もやしのみそ汁	白身魚・小麦粉・片栗粉・油・にんにく・生姜・大葉・小ねぎ・醤油・砂糖・ごま油 トマト・キャベツ・スナップえんどう・マヨネーズ もやし・豆腐・人参・ねぎ・味噌・煮干し	ご飯	牛乳 ジャムサンド (食パン・いちごジャム)
火	4 18	飲むヨーグルト	ミネストローネ チキンの甘辛煮 甘酢白菜	ベーコン・玉ねぎ・人参・じゃが芋・マッシュルーム・マカロニ・さやいんげん・油・塩こしょう チキンスティック・砂糖・醤油・ワイン・油 /コンソメ・トマトピューレ・砂糖・醤油・ケチャップ 白菜・胡瓜・人参・ごま・砂糖・酢・醤油	ご飯	牛乳 日向夏 丸ボーロ
水	5 19	牛乳 チーズ	かぼちゃとミンチのみそ煮 ほうれん草の海苔和え かきたまスープ	合いびき肉・南瓜・玉ねぎ・人参・いんげん・油・砂糖・醤油・みりん・味噌 ほうれん草・人参・もやし・ホールコーン・もみ海苔・醤油 生椎茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・卵・醤油・塩・かつお節・だし昆布	ご飯	牛乳・オレンジゼリー・ビスケット (アガー・砂糖・オレンジジュ ース・みかん缶)
木	6 20	牛乳 コーンフレーク	鶏のから揚げ ごまマヨサラダ もずくスープ	鶏肉・生姜・にんにく・醤油・塩・酒・片栗粉油 小松菜・人参・ちくわ・ごま・マヨネーズ もずく・人参・えのき茸・豆腐・ねぎ・かつお節・だし昆布・醤油・塩・ごま油	ご飯	牛乳・アップルケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・バ ター・牛乳・りんご・砂糖)
金	7 21	牛乳 せんべい	サーモンシチュー コールスローサラダ オレンジ	えび・鮭・しめじ茸・玉ねぎ・人参・じゃが芋・かぼちゃ・油・塩こしょう・グリーンピース・シチュールウ キャベツ・ホールコーン・人参・きゅうり・オリーブ油・酢・砂糖・塩 オレンジ	食パン	お茶 わかめごはん (米・わかめご飯の素・ごま)
土	8 22	牛乳 クッキー	ぶつとん煮 ポパイスープ バナナ	豚肉・砂糖・醤油・生姜・酒・油・玉ねぎ・人参・醤油・みりん・酒・三つ葉 ほうれん草・豆腐・ベーコン・醤油・塩・鶏がら バナナ	ご飯	牛乳 バームクーヘン
誕生会	14	牛乳 クッキー	ちらし寿司 えびのかき揚げ・添え野菜 すまし汁・いちご	干椎茸・ごぼう・油揚げ・かまぼこ・人参・竹の子・砂糖・醤油・ごま・砂糖・酢・塩・煮干し むきえび・玉ねぎ・ごぼう・人参・むき枝豆・小麦粉・卵・塩・油/キャベツ・きゅうり・トマト・マヨネーズ えのき茸・花麩・ねぎ・煮干し・醤油/いちご	ご飯	お茶 ムース せんべい

※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。