



12がつ こんだてひょう



令和5年 清武中央こども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	4 18	牛乳 せんべい	ポトフ ほうれん草のマヨネーズ和え みかん	鶏肉・ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・ブロッコリー・塩P・鶏ガラ(カレー粉) ほうれん草・もやし・人参・油揚げ・すりごま・マヨネーズ・砂糖・酢・醤油	ロールパン	お茶 コーンおむすび (米・コーン・塩)
火	5 19	牛乳 チーズ	魚の漬け焼き 小松菜ともやしの胡麻和え きのこのみそ汁	魚の切り身・ショウガ・砂糖・みりん・醤油 小松菜・もやし・人参・ごま・砂糖・醤油 エリンギ・しめじ・玉ねぎ・人参・味噌・煮干し	ごはん	飲むヨーグルト バナナ
水	6 20	牛乳 コーンフレーク	チキンカツ 胡瓜とリンゴのサラダ 豆腐の味噌汁	鶏肉・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 胡瓜・リンゴ・人参・ハム・油・酢・砂糖・醤油 豆腐・油揚げ・切り干し大根・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・野菜蒸しケーキ (野菜ジュース・卵・砂糖・バター 小麦粉・ベーキングパウダー)
木	7 21	牛乳 ビスケット	魚のムニエル 添)ブロッコリー・南瓜の煮物 卵のスープ	白身魚・塩コショウ・白ワイン・小麦粉・バター・油 ブロッコリー(マヨネーズ)/ 南瓜・砂糖・醤油・だし汁 卵・椎茸・人参・チンゲン菜・醤油・塩・鶏ガラ	ごはん	牛乳 パイン缶 ぱりんこせんべい
金	8	飲むヨーグルト お菓子	キーマカレー オニオンスープ	トマト水煮・大豆・合挽ミンチ・カレー粉・人参・玉ねぎ・ニンニク・コンソメ・ケチャップ 玉ねぎ・人参・ベーコン・パセリ・鶏ガラ・醤油・塩コショウ /ウスターソース・パセリ	ごはん	お茶 ねりくり (もち米・さつま芋・きな粉)
土	9 23	牛乳 お菓子	肉うどん 二色野菜の香味漬け	うどん・牛肉・砂糖・醤油・酒・人参・椎茸・ねぎ・みりん・かつお節・昆布 白菜・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩		お茶 バームクーヘン
月	11 25	牛乳 卵ボーロ	クリームシチュー キャベツとコーンのサラダ 果物	鶏肉・ブロッコリー・玉葱・人参・じゃが芋・シチューの素・牛乳・塩 キャベツ・ホールコーン・人参・胡瓜・油・酢・砂糖・醤油a オレンジ	ロールパン	牛乳 カステラ
火	12 26	牛乳 チーズ	魚のかわりフライ ほうれん草の海苔和え 大根の味噌汁	白身魚・塩・コショウ・小麦粉・卵・パン粉・カレー粉・青のり・油 ほうれん草・人参・ホールコーン・もやし・もみのり・醤油 大根・人参・ねぎ・厚揚げ・わかめ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・オレンジゼリー (寒天パパ・水) きな粉餅せんべい
水	13 27	牛乳 せんべい	肉とゴボウの炒め煮 大根とツナのサラダ もずくのすまし汁	豚肉・ごぼう・人参・いんげん・干しシイタケ・油・砂糖・醤油・みりん・味噌 大根・ツナ缶・胡瓜・人参・酢・油・醤油・砂糖・塩こしょう もずく・豆腐・えのき・人参・ねぎ・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	牛乳 ジャムサンド (サンドイッチパン・いちごジャム)
木	14 28	牛乳 ビスコ	焼き魚 大豆とひじきの炒り煮 カボチャのみそ汁	甘塩鮭 大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・椎茸・いんげん・砂糖・醤油・酒 カボチャ・玉ねぎ・しめじ・ニラ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 リンゴ おかし
金	15	飲むヨーグルト お菓子	白菜と肉団子のスープ おからサラダ 果物	鶏ミンチ・卵・豆腐・片栗粉・葱・白菜・ほうれん草・人参・干し椎茸・春雨 おから・ツナ・胡瓜・卵・油・マヨネーズ・塩コショウ /醤油・酒・鶏ガラ みかん	ごはん	お茶・お好み焼き 小麦粉・キャベツ・人参・卵・山芋 豚肉・ソースケチャップ・鰹節・青のり
土	16	牛乳 せんべい	シーフードナポリタン えのきスープ	スパゲッティ・むきエビ・いか・玉ねぎ・人参・ピーマン・ベーコン・しめじ・油・塩コショウ・ 乾わかめ・えのき・豆腐・ニラ・醤油・鶏ガラ / ケチャップ・粉チーズ・バター		お茶 クリームパン
誕生会	22	牛乳 お菓子	ベーコンライス・ブロッコリー たこさんウインナー・ハンバーグ スパゲティ-サラダ・オレンジ	ベーコン・ミックスピーマン・玉ねぎ・バター・コンソメ・ケチャップ・塩コショウ/ブロッコリー ウインナー / 冷凍ハンバーグ(鶏豚ひき肉) 胡瓜・人参・ツナ・サラスパ・マヨネーズ / オレンジ		リンゴジュース クリスマスケーキ



*行事等により、メニューが変わることがあります。ご了承ください

