



こんだてひょう



令和 5年 10月 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	23	牛乳 チーズ	切り昆布煮 白和え 玉ねぎのみそ汁	豚肉・人参・千切り大根・油揚げ・干し椎茸・糸こんにゃく・いんげん・切り昆布 ほうれん草・人参・豆腐・ゴマ・味噌・砂糖・みりん / 砂糖・醤油・酒・だし汁 玉ねぎ・カボチャ・えのき・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・チーズおやき (ホットケーキミックス・卵・砂糖 牛乳・クリームコーン・チーズ)
火	10 24	飲むヨーグルト	魚のカレームニエル 香味漬け 豚汁	白身魚・塩・白ワイン・小麦粉・カレー粉・バター・油 きゅうり・人参・酢・醤油・砂糖・ゴマ油 豚肉・大根・人参・ごぼう・里芋・豆腐・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 リンゴ 羽衣あられ
水	11 25	牛乳 ビスコ	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ 果物	鶏肉・むきえび・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース・シチューの素・牛乳・塩・こしょう・油 レタス・人参・きゅうり・ロースハム・卵・油・酢・油・醤油・玉ねぎ・ごま・りんご・コーンフレーク オレンジ	ロールパン	お茶 おにぎり (米・塩昆布・ゴマ)
木	12 26	牛乳 せんべい	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 野菜のマヨネーズ和え かきたま汁	魚一口大・塩・片栗粉・さつま芋・油・人参・グリーンピース・ホールコーン・砂糖・水 トマト・キャベツ・マヨネーズ(塩コショウ) えのき茸・玉ねぎ・ねぎ・卵・醤油・(片栗粉)・鶏ガラ	ごはん	牛乳 梨 クラッカー
金	13	牛乳 コーンフレーク	鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ コーンスープ	鶏肉・カットトマト・玉ねぎ・スパゲティ・油・にんにく・塩・こしょう・砂糖・ワイン・パセリ(醤油) きゅうり・じゃが芋・人参・ハム・マヨネーズ・塩・こしょう ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・バター・人参・豆乳・パセリ・塩コショウ・鶏ガラ	ごはん	お茶 クッキー(ムーンライト)
土	28	牛乳 卵ボーロ	きつねうどん きやべつの和え物 果物	うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁・人参・椎茸・煮干し きやべつ・きゅうり・塩こんぶ みかん		お茶 バームクーヘン
月	2 16 30	牛乳 チーズ	魚の照り焼き ごぼうサラダ きやべつのみそ汁	魚の切り身・生姜・砂糖・醤油・みりん・油 ごぼう(酢水)・きゅうり・かにかま・人参・ホールコーン・味噌・マヨネーズ・レモン汁(ごま) きやべつ・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 みかん ビスケット
火	3 17 31	牛乳 みかん缶	ハンバーグ 添)キャベツ・胡瓜・トマト オニオンスープ	牛・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・生椎茸・パン粉・卵・塩・コショウ・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 キャベツ・胡瓜・トマト 玉ねぎ・人参・ベーコン・醤油・塩・鶏ガラ	ごはん	牛乳・ピーチケーキ (ホットケーキミックス・スキムミルク バター・砂糖・卵・黄桃缶)
水	4 18	牛乳 バナナ	鶏のみそ焼き スパゲティーサラダ すまし汁	鶏肉・砂糖・味噌・みりん・酒・油・ゴマ サラスパ・ツナ・レモン汁・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩 人参・しめじ(乾)わかめ・小松菜・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 ブドウゼリー(寒天パパ) クラッカー
木	5 19	牛乳 卵ボーロ	大豆とひじきの炒り煮 三色和え ナスのみそ汁	大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・干し椎茸・油・砂糖・醤油 ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・醤油 なすび・玉ねぎ・えのき・油揚げ・味噌・煮干し	ごはん	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト・パン缶・みかん缶)
金	20	飲むヨーグルト	豆腐の落とし揚げ ゴマじゃこ和え 麩のすまし汁	豆腐・山芋・ツナ・ホールコーン・人参・ねぎ・卵・片栗粉・酒・塩・油 もやし・人参・きゅうり・ちりめんじゃこ・ゴマ・砂糖・醤油 麩・人参・ねぎ・椎茸・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳 フライドポテト (ポテト・塩・油)
土	7 21	牛乳 クッキー	豚肉と春雨の炒め煮 しめじのみそ汁 果物	豚肉・春雨・玉ねぎ・赤ピーマン・ニラ・椎茸・生姜・油・砂糖・醤油・ゴマ油 しめじ・人参・厚揚げ・ねぎ・味噌・煮干し みかん		お茶 ミニクリームパン
誕生会	6	牛乳 せんべい	きのこご飯 甘栗コロッケ・芋揚げ・果物 ゴマじゃこ和え・麩のすまし汁	鶏肉・人参・しめじ・干しシイタケ・えのき・油揚げ・砂糖・醤油 さつま芋・じゃが芋・甘栗・パン粉・油 / さつま芋・油・塩 / オレンジ ほうれん草・人参・ちりめん・ゴマ・砂糖・醤油・花麩・人参・ねぎ・醤油		牛乳 もみじ饅頭



おしらせ

27日は秋の遠足です

* 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。

