



12がつ

こんだてひょう



令和2年 南今泉保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	14 28	牛乳 クラッカー	ポトフ 小松菜のマヨネーズ和え 果物	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・醤油・鶏がら 小松菜・大根・人参・油揚げ・すりごま・マヨネーズ・砂糖・酢 オレンジ	ごはん	牛乳・ココアケーキ (白玉粉・小麦粉・BP・ココア・ 卵・バター・砂糖)
火	1 15	牛乳 バナナ	魚のムニエルタルタルソースかけ 添え野菜 もやしの味噌汁	魚の切り身・塩こしょう・小麦粉・油・卵・玉ねぎ・パセリ・マヨネーズ・レモン汁・ケチャップ・砂糖 レタス・胡瓜・トマト もやし・厚揚げ・人参・乾燥若布・にら・味噌・煮干	ごはん	牛乳・オレンジゼリー (アガー・砂糖・ミカン缶・ オレンジジュース)
水	2 16	牛乳 コーンフレーク	牛ひき肉と豆のチリソース風煮 胡瓜とリンゴのサラダ 卵スープ	トマトの水煮・ゆで大豆・じゃが芋・人参・玉ねぎ・牛ひき肉・にんにく・ケチャップ・鶏がら 胡瓜・りんご・人参・ハム・油・砂糖・酢・醤油 /ウスターソース・スキムミルク・塩P・パセリ・粉チーズ 卵・人参・(乾)わかめ・三つ葉・醤油・鶏がら	ごはん	牛乳 チーズ せんべい
木	3 17	ビスケット	魚の煮付け ほうれん草の白和え きのこのスープ	魚の切り身・ショウガ・砂糖・みりん・醤油 ほうれん草・豆腐・胡瓜・人参・ごま・砂糖・みりん・味噌 かまぼこ・しめじ茸・エノキ茸・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 カステラ
金	4 18	飲むヨーグルト	チキンカツ 添え野菜 かぼちゃの味噌汁	鶏肉・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 キャベツ・カラピーマン・きゅうり・マヨネーズ わかめ・カボチャ・油揚げ・人参・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	お茶・ぜんざい (あずき・砂糖・塩・あられ)
土	5 19	牛乳 ビスコ	カレーうどん おからサラダ 果物	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ほうれん草・油・カレールー 胡瓜・人参・かつお節・醤油・マヨネーズ パイン缶		牛乳 ミルクパン
月	7 21	牛乳 卵ボーロ	とろーりチーズのポークケチャップ 大根サラダ もずくのすまし汁	豚肉・玉ねぎ・酒・片栗粉・ケチャップ・醤油・砂糖・溶けるチーズ 大根・ツナ缶・胡瓜・人参・酢・油・醤油・砂糖・塩こしょう もずく・えのき茸・人参・ねぎ・醤油・煮干し・だし昆布	ごはん	牛乳・野菜蒸しケーキ (ほうれん草・野菜ジュース・卵・牛 乳・小麦粉・BP・砂糖・バター)
火	8 22	飲むヨーグルト	魚のかわりフライ 二色野菜の香味漬け 青菜の味噌汁	白身魚・塩・コショウ・小麦粉・卵・パン粉・粉チーズ・パセリ・油 キャベツ・人参・ごま油・生姜・砂糖・酢・醤油・塩 青菜・えのき茸・玉葱・油揚げ・味噌・煮干	ごはん	ココア牛乳 バナナ クッキー
水	9 23	牛乳 せんべい	カブのクリームシチュー おからサラダ 果物	鶏肉・かぶ・グリーンピース・玉葱・人参・じゃが芋・バター・小麦粉・牛乳・塩こしょう おから・ロースハム・胡瓜・卵・油・マヨネーズ・塩コショウ /鶏がら みかん	パン	お茶 コーンおむすび (米・ホールコーン・塩)
木	10	牛乳 リンゴ	魚の西京焼き・添え野菜 大豆とひじきの炒り煮 ほうれん草のスープ	白身魚・味噌・みりん・酒・砂糖・油 /レタス ゆで大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・干し椎茸・砂糖・醤油・酒 ほうれん草・玉ねぎ・人参・醤油・塩P・鶏がら	ごはん	牛乳・スキムミルク入り大学芋 (さつま芋・油・スキムミルク・ バター・砂糖)
金	11 25	牛乳 チーズ	白菜と肉団子のスープ カボチャサラダ 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 カボチャ・胡瓜・人参・ちくわ・マヨネーズ・塩こしょう / 醤油・酒・塩・煮干 みかん缶	ごはん	牛乳 ジャムサンド (食パン・いちごジャム)
土	12 26	牛乳 ビスケット	ちゃんぽん ピーマンの昆布和え 果物	中華麺・豚肉・イカ・卵・キャベツ・人参・玉ねぎ・干し椎茸・もやし・葱 きゅうり・塩昆布 /ごま油・醤油・塩P・鶏がら リンゴ		牛乳 ミニパン
誕生会	24	牛乳 クラッカー	ケチャップライス・添え野菜 フライドポテト・ウインナー から揚げ・野菜のスープ	ミックスベジタブル・玉葱・コンソメ・バター・ケチャップ・塩P /ブロッコリー・トマト フライドポテト /ウインナー /きゅうり・パプリカ 鶏肉・から揚げ粉・小麦粉・油 /人参・えのき茸・醤油・鶏がら		牛乳 ロールケーキ



*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。

