



こんだてひょう



令和5年12月 黒坂保育園



曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	11 25	牛乳 せんべい	ポトフ ほうれん草のマヨネーズ和え 果物 / 餃子の皮ピザ	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 ほうれん草・大根・人参・油揚げ・すりゴマ・マヨネーズ・砂糖・酢・しょうゆ みかん / 餃子の皮・ケチャップ・チーズ・ピーマン・ウインナー・トマト	ごはん	お茶 コーンおにぎり (ごはん・コーン・塩)
火	12 26	牛乳 チーズ	魚の煮付け 小松菜の胡麻和え きのこのスープ	魚の切り身・しょうが・砂糖・みりん・醤油 小松菜・もやし・人参・ゴマ・砂糖・しょうゆ エリンギ・しめじ・玉ねぎ・人参・葱・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ
水	13 27	牛乳 コーンフレーク	ポークカレー きゅうりとリンゴのサラダ 果物	豚肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・グリーンピース・カレールー・にんにく・りんご きゅうり・リンゴ・人参・ハム・油・砂糖・酢・しょうゆ バナナ	ごはん	13日もち米おにぎり (もち米・きな粉・砂糖) 27日 お菓子
木	14 28	牛乳 ビスケット	肉うどん 二色野菜の香味漬け 果物	うどん・牛肉・砂糖・しょうゆ・人参・しいたけ・ねぎ・みりん・昆布・いりこ 白菜・人参・ごま油・しょうが・砂糖・酢・しょうゆ りんご	ごはん	牛乳 バームクーヘン
金	1 15	ヨーグルト	牛ひき肉と豆のケチャップ煮 オニオンスープ	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・コンソメ /ウスターソース・スキムミルク・塩P・パセリ・粉チーズ 玉ねぎ・人参・ベーコン・パセリ・鶏ガラ・醤油・塩コショウ・煮干し	パン	牛乳 オレンジゼリー (ゼリーの素)
土	2 16	牛乳 せんべい	牛肉の柳川井 きゅうりのおかかサラダ	牛肉・ごぼう・しいたけ・人参・玉葱・卵・ねぎ・しょうゆ・みりん・だし きゅうり・人参・かつおぶし・しょうゆ・マヨネーズ	ごはん	牛乳 バナナ
月	4 18	牛乳 卵ボーロ	肉とごぼうの炒め煮 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・しいたけ・砂糖・しょうゆ・油・みりん・みそ 大根・ツナ缶・きゅうり・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・豆腐	ごはん	牛乳 ジャムサンド (サンドイッチ用パン・いちご)
火	5 19	牛乳 チーズ	魚の変わりフライ ほうれん草ののり和え 大根の味噌汁	白身魚・小麦粉・卵・パン粉・カレーパウダー・青のり・油 ほうれん草・人参・もやし・コーン・もみのり・しょうゆ 大根・人参・葱・厚揚げ・わかめ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 丸ボーロ せんべい
水	6 20	牛乳 丸ボーロ	クリームシチュー キャベツとコーンのサラダ 果物	鶏肉・かぶ・ブロッコリー・玉葱・人参・じゃが芋・バター・シチューの素・牛乳 キャベツ・コーン・人参・きゅうり・酢・砂糖・しょうゆ オレンジ	パン	牛乳 スキムミルク入り大学芋 (サツマイモ・油・スキムミルク・バター・砂糖)
木	7 21	牛乳 ビスコ	魚のチーズ焼き 大豆とひじきの炒り煮 かぼちゃの味噌汁	鮭切り身・マヨネーズ・粉チーズ・ピーマン・しょうゆ ゆで大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・しいたけ・砂糖・醤油・酒 かぼちゃ・玉葱・しめじ・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 りんご クッキー
金	8	ヨーグルト	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・チンゲン菜・人参・しいたけ・春雨・しょうゆ煮干し おから・ツナ缶・きゅうり・卵・油・マヨネーズ みかん	ごはん	お茶 お好み焼き (お好み焼き粉・キャベツ・人参・卵・豚肉・お好み焼きソース・青のり)
土	9 23	牛乳 せんべい	シーフードナポリタン えのきスープ	スパゲティ・ベーコン・むき海老・玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ・バター・ケチャップ・粉チーズ わかめ・えのき・豆腐・小松菜・しょうゆ・みりん・煮干し		牛乳 じゃりパン
誕生会	22	飲むヨーグルト	ハンバーガー レタス・トマト・ポテト コーンスープ・りんご	あいびき肉・玉ねぎ・人参・パン粉・卵・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 レタス・トマト・フライドポテト 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・鶏ガラ りんご	パン	牛乳 サンタさんのゼリー

*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。

