



こんだてひょう



令和3年 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	25	牛乳 せんべい	コーンシチュー きゃべつサラダ ウインナー	鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・ブロッコリー・ホールコーン・油・バター・シチューの素 きゃべつ・人参・みかん缶・酢・油・砂糖・醤油・塩・こしょう ウインナー・玉葱・人参・パセリ・醤油・鶏がら・塩・こしょう	ロールパン	牛乳・いちごジャムケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・ 砂糖・卵・牛乳・バター・いちごジャム)
火	12 26	牛乳 りんご	揚げ魚のごま和え 添え野菜 白菜のコトコスープ	白身魚・塩・酒・片栗粉・油・醤油・砂糖・ごま油・葱・ごま(レモン汁) レタス・トマト 白菜・じゃが芋・ベーコン・人参・パセリ・豆乳・小麦粉・塩・こしょう・鶏がら	ごはん	お茶 カップヨーグルト クッキー
水	13 27	牛乳 卵ボーロ	かぼちゃのそぼろあん かぶの酢の物 小松菜の味噌汁	南瓜・鶏ミンチ・グリーンピース・玉葱・人参・油・砂糖・醤油・酒・片栗粉・だし汁 かぶ・胡瓜・人参・砂糖・酢・塩 小松菜・油揚げ・しめじ茸・玉葱・みそ・煮干	ごはん	牛乳 果物(バナナ) ビスケット
木	14 28	ヨーグルト	魚の塩焼き おなか和え 大根の味噌汁 果物	甘塩鮭 白菜・ほうれん草・人参・かつお節・醤油・(だし汁) 大根・油揚げ・人参・葱・みそ・煮干 / いちご	ごはん	お茶・七草雑炊 (鶏肉・干し椎茸・ほうれん草・人参 大根・里芋・ごぼう・えのき茸・醤油・塩・煮干)
金	29	牛乳 チーズ	鶏肉のトマト煮 ナムル風和え物 オニオンスープ	鶏肉・カットトマト・玉葱・スパゲティ・油・にんにく・塩・こしょう・砂糖・ワイン 大根・ほうれん草・人参・ごま・ごま油・砂糖・醤油・酢 / ケチャップ・パセリ・(しょうゆ) ウインナー・玉葱・人参・パセリ・醤油・鶏がら・塩・こしょう	ごはん	牛乳・お好み焼き (小麦粉・きゃべつ・人参・卵・山芋・油 豚肉・ケチャップ・ソース・筈節・青のり)
土	16 30	牛乳 ウエハース	どさんこラーメン じゃこ炒め 果物	中華麺・豚肉・しょうが・にんにく・油・きゃべつ・人参・もやし・ホールコーン・葱・みそ ピーマン・人参・ちりめん・ごま油・(塩)・(砂糖)・(醤油) / バター・醤油・だし汁 バナナ		牛乳 スティックパン
月	4 18	牛乳 せんべい	チキンカレー コーンとわかめのサラダ 果物	鶏肉・人参・玉葱・じゃが芋・グリーンピース・油・バター・カレールー・にんにく・りんご ホールコーン・乾燥わかめ・ツナ缶・レモン汁・人参・胡瓜 りんご / 油・酢・塩・こしょう・砂糖・醤油	ごはん	牛乳 プリン
火	5 19	牛乳 クッキー	みそおでん すまし汁 果物	うずら卵・さつまいも・鶏手羽中・人参・大根・昆布・みそ・砂糖・醤油・だし汁 豆腐・えのき茸・大根葉・人参・醤油・塩・煮干 みかん	ごはん	牛乳 煮豆 (金時豆・砂糖・塩)
水	6 20	ヨーグルト	鶏のから揚げ カリフラワーサラダ 野菜スープ	鶏肉・しょうが・にんにく・醤油・塩・こしょう・油・片栗粉・揚げ油 カリフラワー・ブロッコリー・ホールコーン・ベーコン・マヨネーズ きゃべつ・玉ねぎ・人参・乾燥わかめ・醤油・塩・こしょう・鶏がら	ごはん	牛乳・メロントースト (食パン・ホットケーキミックス・牛乳 バター・砂糖・スキムミルク・レモン汁)
木	7 21	牛乳 クラッカー	鮭のみそバター焼き 春雨の酢の物 じゃがいもの味噌汁・みかん	鮭の切り身・バター・みそ・砂糖・酒・しょうゆ・しょうが汁 春雨・きゅうり・人参・かにかま・ごま・砂糖・酢・醤油・塩 じゃが芋・玉ねぎ・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干 / みかん	ごはん	お茶・わかめうどん (うどん・乾燥わかめ・鶏肉・葱 醤油・みりん・煮干・だし昆布)
金	8 22	牛乳 バナナ	牛肉とごぼうの炒め煮 白菜とりんごのサラダ かぼちゃの味噌汁	牛肉・ごぼう・人参・いんげん・干し椎茸・油・砂糖・醤油・みりん・ごま 白菜・人参・りんご・砂糖・酢・塩・油 南瓜・玉ねぎ・厚揚げ・にら・みそ・煮干	ごはん	牛乳・ポリポリお芋 (さつまいも・かえりいりこ・卵 小麦粉・塩・青のり・油)
土	9 23	牛乳 ウエハース	シーフードナポリタンスパゲッティ えのきのスープ・果物	スパゲティ・むきえび・いか・玉葱・人参・ピーマン・マッシュルーム 油・塩・こしょう・ケチャップ・粉チーズ・(バター) 乾燥わかめ・えのき茸・玉ねぎ・ねぎ・醤油・みりん・煮干 / みかん		牛乳 果物(バナナ)
誕生会	15	飲むヨーグルト	ちらし寿司 鶏肉の竜田揚げ・きゃべつサラダ かきたま汁・果物	ちりめん・干し椎茸・ごぼう・人参・油揚げ・竹の子・かまぼこ・砂糖・醤油・煮干・だし昆布・砂糖・酢・塩・ごま 鶏肉・生姜・みりん・醤油・片栗粉・油 / 胡瓜・ロースハム・きゃべつ・マカロニ・マヨネーズ 卵・えのき茸・乾燥わかめ・葱・醤油・煮干 / いちご	牛乳 チーズ蒸しパン	



★都合によりメニューの変更があります。ご了承ください

