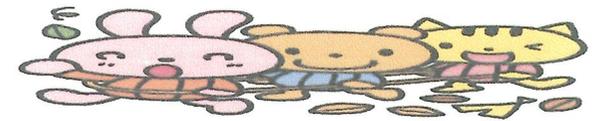




11がつ こんだててひょう



平成25年 11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 ウエハース	チキンカレー 添)トマト フルーツサラダ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールウ・にんにく・りんご 添)トマト バナナ・みかん缶・パイン缶・胡瓜・ヨーグルト・スキムミルク・マヨネーズ	ごはん	ココア牛乳(ココア・砂糖) チーズ クッキー
火	12 26	ヨーグルト	魚の塩焼き 卵いり卵の花炒め 南瓜のみそ汁	甘塩鮭・油 鶏ミンチ・おから・人参・玉ねぎ・干椎茸・にら・卵・油・砂糖・醤油・みりん・だし汁 南瓜・油揚げ・しめじ茸・葱・味噌・煮干	ごはん	牛乳 アップルケーキ (ホットケーキミックス・卵・バター)
水	13 27	牛乳 卵ボーロ	鶏肉のさっぱり煮 ポテトサラダ 添)トマト オニオンスープ	チキンスティック・砂糖・醤油・酢 / トマト じゃが芋・卵・胡瓜・人参・玉ねぎ・マヨネーズ・塩コショウ 玉ねぎ・人参・ウインナー・パセリ・醤油・塩コショウ・鶏がら	ロールパン	牛乳 カリカリいりこ 果物(バナナ)
木	14 28	牛乳 おかき	魚のハワイアンソース ほうれん草の納豆あえ えのきのみそ汁	白身魚・片栗粉・油・玉ねぎ・人参・パイン缶・ケチャップ・ソース・みりん ほうれん草・人参・引き割り納豆・醤油・もみり 人参・えのき茸・厚揚げ・葱・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 卵サンドイッチ (卵・バター・きゅうり・マヨネーズ)
金	1 15 29	ヨーグルト	けんちん汁 レバーの甘辛煮 ひじきの白和え	鶏肉・白菜・葱・えのき茸・ごぼう・人参・里芋・醤油・塩・みりん・煮干し レバー・生姜・にら・砂糖・醤油・酒 ひじき・糸コンニャク・人参・砂糖・醤油・油・豆腐・胡瓜・ごま・砂糖・みりん・味噌	ごはん	プリン クラッカー
土	2 16	牛乳 ココナッツサブレ	クリームスープスパゲティ ブロッコリーとコーンと和え	スパゲティ・油・ベーコン・玉ねぎ・人参・しめじ茸・パセリ・シチューの素 ブロッコリー・ホールコーン・人参・砂糖・醤油・酢・ごま	ごはん	牛乳 ステックパン
月	18	牛乳 チーズ	大根のみそ煮 酢の物 お麩のすまし汁	豚肉・大根・こんにゃく・人参・冷いんげん・砂糖・醤油・酒・味噌・だし汁 胡瓜・カット若布・人参・ごま・砂糖・酢・醤油 麩・しめじ茸・かいわれ菜・素麺・醤油・みりん・塩・煮干	ごはん	フルーツヨーグルト (ヨーグルト・フルーツ缶) ウエハース
火	5 19	牛乳 せんべい	魚のきのこあんかけ 野菜サラダ コーンスープ	魚・塩コショウ・小麦粉・油・玉ねぎ・しめじ茸・人参・冷いんげん・バター 砂糖・醤油・みりん・片栗粉 / トマト・胡瓜・レタス・マヨネーズ ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・人参・パセリ・塩コショウ・鶏がら	ごはん	牛乳 大学芋 (さつま芋・砂糖・しょうゆ・ごま)
水	6 20	ヨーグルト	すき焼き風煮 しらす干し和え きやべつの味噌汁	牛肉・白菜・しめじ茸・ほうれん草・長ねぎ・焼き豆腐・糸こんにゃく・人参・油・砂糖・醤油 シラス干し・胡瓜・人参・砂糖・酢・レモン汁・醤油 きやべつ・じゃが芋・カット若布・葱・味噌・煮干	ごはん	牛乳 柿 丸ボーロ
木	21	牛乳 パイン缶	筑前煮 大根のサラダ かきたま汁	鶏肉・里芋・人参・ごぼう・干椎茸・こんにゃく・冷いんげん・油・砂糖・醤油・みりん 大根・胡瓜・かにかま・酢・砂糖・醤油・みかん缶 豆腐・人参・えのき茸・葱・卵・醤油・煮干	ごはん	お茶 リゾット (米・ベーコン・鶏がら)
金	22	ヨーグルト	もみじ揚げ ツナサラダ かぶのみそ汁	水煮大豆・ひじき・魚の切り身・玉ねぎ・人参・グリーンピース・クリームコーン・卵 小麦粉・塩・油 / ツナ缶・白菜・もやし・人参・酢・油・砂糖・醤油 かぶ・カット若布・油揚げ・ねぎ・味噌・煮干	ごはん	牛乳 リンゴ ビスケット
土	9	牛乳 コーンフレーク	焼そば ポパイスープ 果物	中華めん・豚肉・かまぼこ・玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン・油・焼きそばソース・醤油 ほうれん草・豆腐・人参・ちくわ・醤油・塩こしょう・鶏がら みかん	ごはん	牛乳 ミニパン
誕生会 (金)	8	ヨーグルト	コーンライス フライドポテト から揚げ 野菜の付け合せ すまし汁 スパゲティ 果物	米・ホールコーン・パセリ・バター・コンソメ/ フライドポテト/ みかん 鶏肉・生姜・片栗粉・塩こしょう・油 / レタス・胡瓜・トマト・マヨネーズ 人参・カット若布・えのき茸・ねぎ・醤油・煮干/ スパゲティ・コンソメ・トマトピューレ・オリーブ油	ごはん	100%ジュース ロールケーキ

