



こんだてひょう



曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	2 16 30	牛乳 せんべい	牛肉とごぼうの炒め煮 キャベツとリンゴのサラダ 里芋の味噌汁	牛肉・牛蒡・人参・いんげん・椎茸・砂糖・醤油・みりん・ごま キャベツ・人参・りんご・砂糖・酢塩・油 里芋・白菜・油揚げ・若布・煮干し・味噌	ごはん	牛乳 青りんごゼリー
火	3 17 31	牛乳 チーズ	豆腐入りハンバーグ 添え野菜(レタス・トマト) コーンスープ	豚ひき肉・豆腐・おから・人参・玉ねぎ・卵・味噌・生姜汁・塩P・ レタス・トマト・マヨネーズ / 酒・片栗粉・油・ケチャップ・ソース・砂糖 ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・人参・パセリ・塩P・鶏がら	パン	牛乳 バナナ せんべい
水	4 18	牛乳 コーンフレーク	にしき揚げ 香味漬け 豆腐のすまし汁	魚すり身・えび・ひじき・ゆで大豆・人参・ホールコーン・小麦粉・ 胡瓜・人参・酢・醤油・砂糖・生姜汁・ごま油 / 卵・味噌・醤油・油 豆腐・(乾)わかめ・人参・しいたけ・葱・醤油・塩・だし昆布	ごはん	牛乳・ウインナーボール (ウインナー・小麦粉・BP・卵 砂糖・豆乳・揚げ油)
木	5 19	ヨーグルト	かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のおかか和え 白菜の味噌汁	南瓜・豚ミンチ・玉ねぎ・インゲン・砂糖・醤油・みりん・出し汁・片栗粉 ほうれん草・人参・かつお節・醤油 白菜・エノキ茸・人参・味噌・煮干し	ごはん	お茶 スキムミルク入り大学芋 (さつま芋・スキムミルク・バター・砂糖・油)
金	6 20	牛乳 ビスコ	魚のマヨネーズ焼き・アスパラソテー 胡瓜のレモン風味和え 中華スープ	白身切り身・塩コショウ・マヨネーズ・卵・青のり/アスパラ・しめじ・ベーコン・バター・醤油 胡瓜・レタス・みかん缶・砂糖・レモン汁・油 チンゲン菜・干しシイタケ・玉ねぎ・人参・醤油・塩・鶏がら・ゴマ油	ごはん	牛乳 オレンジ クラッカー
土	7 21	牛乳 クラッカー	ぶっとん煮 春キャベツのスープ バナナ	豚肉・砂糖醤油・生姜・酒・油・玉ねぎ・人参・みりん出し汁 キャベツ・ウインナー・人参・玉ねぎ・醤油・塩コショウ・煮干し バナナ	ごはん	牛乳 スティックパン
月	9 23	牛乳 バナナ	筑前煮 ほうれん草のしらす和え 玉葱の味噌汁	鶏肉・ちくわ・人参・いんげん・干しシイタケ・たけのこ・里芋・砂糖・醤油 ほうれん草・しらす干し・ゴマ・砂糖・醤油 玉葱・キャベツ・しめじ・人参・味噌・煮干し 	ごはん	牛乳 アップルケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・ 卵・砂糖・バター・りんご)
火	10 24	牛乳 卵ボーロ	豚肉とキャベツの甘辛炒め ちくわとゆかいな仲間たち 豆腐の味噌汁	豚肉・人参・玉ねぎ・キャベツ・生しいたけ・油・砂糖・醤油・みりん ちくわ・干切り大根・胡瓜・トマト・マヨネーズ・醤油・酢・白ごま 豆腐・もやし・若布・葱・味噌・煮干し	ごはん	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト・桃缶・ミカン缶)
水	11 25	牛乳 ビスケット	魚のムニエル ひじきの白和え かきたま汁	魚の切り身・塩P・小麦粉・バター・油・レモン汁・砂糖・醤油・(片栗粉) ひじき・糸こんにゃく・油・砂糖・醤油・人参・胡瓜・ほうれん草・豆腐・ごま・砂糖・みりん・味噌 エノキ・玉ねぎ・人参・葱・卵・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳 ジャムサンド (サンドイッチ用パン・いちごジャム)
木	12 26	ヨーグルト	鶏肉のオープン焼き ゆで野菜 南瓜の味噌汁	鶏肉・塩・片栗粉・長ネギ・生姜・ごま油・醤油・酢・砂糖 キャベツ・人参・スナップエンドウ 南瓜・豆腐・椎茸・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 パイン缶 丸ボーロ
金	27	牛乳 せんべい	魚のフライオーロラソースかけ 二色和え わかめスープ	魚の切り身・塩P・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油・ケチャップ・マヨネーズ ほうれん草・卵・油・ごま・砂糖・醤油・塩 (乾)わかめ・もやし・人参・玉ねぎ・葱・醤油・みりん・煮干し・(ごま油)	ごはん	牛乳 おはぎ (もち米・黄粉・砂糖)
土	14 28	牛乳 クッキー	シーフードナポリタン エノキのスープ	スパゲッティ・むき海老・イカ・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム 油・ケチャップ・粉チーズ・バター・コショウ 若布・エノキ・豆腐・葱・醤油・みりん・煮干し		牛乳 バナナ
誕生会	13	飲むヨーグルト	ちらし寿司 えびのかき揚げ 添え野菜・すまし汁	干しいたけ・ごぼう・油揚げ・かまぼこ・人参・竹の子・砂糖・醤油・ごま・砂糖・酢・塩・煮干し むきエビ・玉ねぎ・ごぼう・人参・グリーンピース・小麦粉・卵・塩・油 レタス・トマト / エノキ茸・人参・葱・醤油・煮干し		牛乳 ミニたい焼き ビスコ



都合により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。

R4/5
黒坂保育園