



こんだてひょう



令和4年度ふなひきこども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	16 30	牛乳 せんべい	魚の香り焼き 白和え 麩のすまし汁	魚の切り身・白ごま・にんにく・生姜・ネゴ・砂糖・酒・醤油・みりん・油 ほうれん草・人参・豆腐・すりごま・味噌・砂糖・みりん 麩・(乾)わかめ・貝割れ大根・しめじ・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	牛乳 みかん クッキー
火	17 31	牛乳 パイン缶	牛肉とごぼうの炒め煮 ほうれん草のシラス和え 大根の味噌汁	牛肉・ごぼう・人参・インゲン・干しシイタケ・油・砂糖・醤油・みりん ほうれん草・シラス干し・すりごま・砂糖・醤油 大根・油揚げ・人参・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・ストロベリーマフィン (小麦粉・BP・卵・砂糖・ イチゴジャム・バター・豆乳)
水	4 18	牛乳 棒チーズ	カレー きゃべきゃべサラダ バナナ	牛肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・油・カレールー キャベツ・人参・ミカン缶・酢・油・砂糖・醤油 バナナ	ごはん	牛乳 4日カステラ 18日ココアケーキ卵入り
木	5 19	飲むヨーグルト	揚げ魚のごま和え (添)レタス・トマト 白菜の味噌汁	白身魚・塩・酒・片栗粉・油・醤油・砂糖・ごま油・葱・白ごま・レモン汁 レタス・トマト・マヨネーズ 白菜・人参・豆腐・(乾)わかめ・葱・味噌・煮干し	ごはん	お茶・せんべい・煮豆 (金時豆・砂糖・塩)
金	6 20	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・玉ねぎ・人参・油・砂糖・醤油・片栗粉・だし汁 かぶ・胡瓜・砂糖・酢・塩 小松菜・人参・厚揚げ・しめじ・茸・味噌・煮干し	ごはん	お茶・七草雑炊(6日)クッキー(20日) (鶏肉・干し椎茸・ほうれん草・人参・ 大根・ごぼう・えのき・醤油・煮干し)
土	7	牛乳 クラッカー	道産子ラーメン じゃこ炒め みかん	中華麺・豚肉・卵・生姜・にんにく・油・キャベツ・人参・もやし・コーン・葱 ピーマン・人参・ちりめん・ごま油・塩・砂糖・醤油 /味噌・バター・だし汁・醤油 みかん		牛乳 ジャリパン
月	23	牛乳 ビスケット	鶏のから揚げ カリフラワーサラダ かきたまスープ	鶏肉・生姜・にんにく・醤油・塩・片栗粉・油 ブロッコリー・カリフラワー・コーン・ベーコン・マヨネーズ・醤油 えのき・玉ねぎ・人参・葱・卵・醤油・塩・煮干し	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・バ ター・牛乳・砂糖・スキムミルク・レモ ン汁)
火	10 24	飲むヨーグルト	鮭のみそバター焼き 春雨の酢の物 白菜のコトコトスープ	鮭・バター・味噌・砂糖・酒・醤油 春雨・胡瓜・人参・かにかま・すりごま・砂糖・醤油・酢・塩 白菜・じゃが芋・ベーコン・人参・パセリ・豆乳・小麦粉・塩・鶏がらスープの素	ごはん	牛乳 バナナ 野菜かりんとう
水	11 25	牛乳 せんべい	コーンシチュー ひじきとチーズのサラダ リンゴ	鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・コーン・油・牛乳・シチューの素 ひじき・シラス干し・人参・胡瓜・チーズ・すりごま・ごま油・酢・醤油・塩・砂糖 リンゴ	ごはん	牛乳 11日…揚げせん 25日…プリン
木	12 26	牛乳 ビスコ	魚と野菜の甘酢あん 小松菜のごまヨサダ わかめの味噌汁	魚の切り身・生姜・酒・醤油・片栗粉・油・生椎茸・玉ねぎ・人参 小松菜・人参・コーン・ゴマ・マヨネーズ /砂糖・酢・醤油 (乾)わかめ・豆腐・葱・えのき・茸・味噌・煮干し	ごはん	お茶 カップヨーグルト クッキー
金	27	牛乳 棒チーズ	おでん 白菜のおかか和え みかん	卵・さつまいも揚げ・鶏手羽中・人参・大根・昆布・醤油・みりん・煮干し 白菜・チンゲン菜・人参・鰹節・醤油 みかん	ごはん	お茶・ねりくり (お餅・さつまいも 砂糖・きな粉・塩)
土	14 28	牛乳 クッキー	中華丼 胡瓜とちくわの酢の物 バナナ	豚肉・イカ・むきえび・人参・生椎茸・白菜・チンゲン菜・ゆでたけのこ・葱 胡瓜・(乾)わかめ・ちくわ・ゴマ・酢・醤油・砂糖 /砂糖・醤油・ごま油・片栗粉・中華だし バナナ		牛乳 バームクーヘン
誕生会	13	飲むヨーグルト	わかめご飯・ほうれん草のサラダ アジフライ タルタルソースかけ すまし汁・みかん	わかめご飯の素 /ほうれん草・キャベツ・人参・コーン・砂糖・醤油・酢・油 アジの切り身・卵・小麦粉・パン粉・塩コショウ・卵・玉ねぎ・パセリ・マヨネーズ 花麩・干しシイタケ・人参・えのき・茸・煮干し・醤油 /みかん	ごはん	お茶 カップゼリー



★都合によりメニューの変更があります。ご了承ください。

21日は生活発表会になります。

