



こんだてひょう



令和3年10月 南加納保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	4 18	牛乳 チーズ	甘塩鮭 おくらの和え物 豚汁	甘塩鮭 おくら・ひきわり納豆・人参・かつおぶし・醤油 豚肉・大根・人参・ごぼう・こんにゃく・里芋・豆腐・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 フレンチトースト (食パン・卵・牛乳・砂糖・バター)
火	5 19	飲むヨーグルト	切り昆布煮 トマトの甘酢漬け もやしのみそ汁	豚肉・人参・千切り大根・油揚げ・干し椎茸・こんにゃく・いんげん・切り昆布 トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩・油 / 砂糖・醤油・だし汁 もやし・厚揚げ・(乾)わかめ・人参・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 梨 ビスケット
水	6 20	牛乳 せんべい	鶏肉のオープン焼き葱ソース ゆで野菜 かぼちゃのみそ汁	鶏肉・片栗粉・長ねぎ・しょうが・ごま油・醤油・酢・砂糖・水 きゃべつ・人参 かぼちゃ・玉ねぎ・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 ゼリー
木	7 21	牛乳 ビスケット	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 中華サラダ かきたま汁	白身魚・塩・片栗粉・さつま芋・油・人参・グリーンピース・ホールコーン・砂糖・醤油 もやし・人参・きゅうり・春雨・ハム・砂糖・酢・醤油・ごま油 えのき茸・玉ねぎ・ねぎ・卵・醤油・(片栗粉)・煮干し	ごはん	牛乳 バナナ 白い風船
金	22	牛乳 みかん缶	えび入りシチュー サクサクサラダ	鶏肉・むきえび・じゃが芋・玉ねぎ・コーン缶・人参・グリーンピース バター・シチュー粉・牛乳・塩P レタス・人参・きゅうり・ロースハム・卵・油・酢・油・醤油・玉ねぎ・ごま・りんご・コーンフレーク	ごはん	牛乳 おやつパン
土	9 23	牛乳 クッキー	きつねうどん きゃべつの和え物 果物	うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁・ほうれん草・人参・生椎茸 きゃべつ・きゅうり・塩こんぶ みかん缶		牛乳 スティックパン
月	11 25	牛乳 卵ボーロ	鶏肉のトマト煮 マセドアンサラダ たまごスープ	鶏肉・カットトマト・玉ねぎ・スパゲティ・油・にんにく・塩・こしょう・砂糖・ワイン・パセリ・(醤油) きゅうり・じゃが芋・人参・(パイン缶)マヨネーズ・塩・こしょう 卵・しめじ茸・生椎茸・ほうれん草・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 ふかし芋
火	12 26	飲むヨーグルト	大豆とひじきの炒り煮 三色和え 白菜のみそ汁	ゆで大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・干し椎茸・油・砂糖・醤油 ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・醤油 白菜・厚揚げ・玉ねぎ・味噌・ねぎ・煮干し	ごはん	牛乳 チーズ クラッカー
水	13 27	牛乳 せんべい	魚の照り焼き ごぼうサラダ きゃべつのみそ汁・梨	魚の切り身・生姜・砂糖・醤油・みりん・油 ごぼう・きゅうり・かにかま・人参・ホールコーン・味噌・マヨネーズ・レモン汁 きゃべつ・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・ホットケーキ (ホットケーキミックス・B.P・砂糖 牛乳・バター・ジャム)
木	14 28	牛乳 バナナ	豆腐の落とし揚げ ごまじゃこ和え お麩のすまし汁	豆腐・山芋・ツナ缶・ホールコーン・人参・卵・片栗粉・酒・塩・油 もやし・人参・きゅうり・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・醤油 麩・人参・ねぎ・生椎茸・醤油・みりん・塩・煮干し	ごはん	お茶 おにぎり (米・わかめご飯の素)
金	1 15 29	牛乳 ウエハース	ハンバーグ 人参の甘煮 コーンスープ	合挽きミンチ・玉ねぎ・人参・生椎茸・パン粉・卵・塩・コショウ・油・ケチャップ・中濃ソース・砂糖 人参・砂糖 ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・バター・人参・牛乳・塩P・パセリ・コンソメ	パン	牛乳 りんご せんべい
土	2			運 動 会		
	16 30	牛乳 ビスコ	豚肉と春雨の炒め煮 大根のみそ汁 果物	豚肉・春雨・玉ねぎ・赤ピーマン・にら・生椎茸・生姜・油・砂糖・醤油 大根・油揚げ・(乾)わかめ・味噌・煮干し / 片栗粉・ごま油 バナナ	ごはん	牛乳 ミニパン
誕生会	8	牛乳 せんべい	カレー 唐揚げ スパゲティサラダ・果物	豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・にんにく・カレーパウダー・油 鶏肉・しょうが・醤油・片栗粉・油 スパゲティ・きゅうり・人参・マヨネーズ・塩P / りんご		牛乳 フルーツゼリー

*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。