



こんだてひょう



令和4年10月 ななほしキッズ

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	24	牛乳 せんべい	昆布煮 おくらの和え物 チンゲン菜の味噌汁	豚肉・人参・干切り大根・油揚げ・干し椎茸・こんにゃく・いんげん・切り昆布・砂糖・だし汁 おくら・ひきわり納豆・人参・かつおぶし・しょうゆ / しょうゆ・酒・ チンゲン菜・かぼちゃ・しめじ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 チーズ クラッカー
火	11 25	牛乳 コーンフレーク	魚のカレームニエル 小松菜とコーンのソテー 豚汁	白身魚・塩・白ワイン・小麦粉・カレー粉・バター・油 小松菜・人参・もやし・ホールコーン・油・しょうゆ・塩 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 みるくパン しおパン
水	12 26	牛乳 ビスコ	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ ウインナー	鶏肉・むきえび・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース・バター・ 小麦粉・牛乳・塩・鶏ガラ / レタス・人参・きゅうり・ロースハム・ 卵・油・酢・しょうゆ・玉ねぎ・ごま・りんご・コーンフレーク/ウインナー	パン	牛乳 カップヨーグルト
木	13 27	牛乳 ビスケット	鶏のみそ焼き/ブロッコリー・トマト スパゲッティツナサラダ すまし汁	鶏肉・砂糖・みそ・みりん・酒・油 / トマト・ブロッコリー サラダスパゲッティ・ツナ缶・レモン汁・きゅうり・人参・マヨネーズ・塩 人参・しめじ・(乾)わかめ・小松菜・しょうゆ・煮干し	ごはん	牛乳 みるくパン しおパン
金	14 28	牛乳 おかき	揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮 ほうれん草のおかか和え 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 ほうれん草・人参・かつお節・しょうゆ / 砂糖・しょうゆ・ えのき茸・玉ねぎ・葱・卵・しょうゆ・煮干し	ごはん	牛乳 梨 かりんとう
土	1 15 29	牛乳 卵ボーロ	きつねうどん きゃべつの和え物 みかん	うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁・小松菜・人参・ きゃべつ・きゅうり・塩こんぶ / 生椎茸・ねぎ・醤油・みりん・煮干し みかん		牛乳 カステラ
月	3 17 31	牛乳 コーンフレーク	魚の照り焼き ごぼうサラダ/オレンジ きゃべつのみそ汁	白身魚・しょうが・砂糖・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 キャベツ・玉ねぎ・えのき・ねぎ・みそ・煮干し / オレンジ	ごはん	牛乳 丸ボーロ
火	4 18	牛乳 ビスケット	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・揚げ油 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	牛乳 みるくパン しおパン
水	5 19	牛乳 せんべい	鶏肉のトマト煮 マセドアンサラダ コーンスープ	鶏肉・カットトマト缶・玉ねぎ・スパゲッティ・油・ニンニク・塩・ きゅうり・じゃがいも・人参・マヨネーズ・チーズ・塩 / 砂糖・ワイン・パセリ ホールコーン・クリームコーン・玉ねぎ・バター・人参・豆乳・パセリ・塩・鶏がら	ごはん	牛乳 グレープゼリー (アガー・ 砂糖・ぶどうジュース)
木	6 20	牛乳 卵ボーロ	大豆とひじきの炒り煮 三色和え おくらの味噌汁	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・ ほうれん草・人参・卵・油・砂糖・しょうゆ / 砂糖・しょうゆ・酒 おくら・玉ねぎ・えのき・油揚げ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 みるくパン しおパン
金	21	牛乳 みかん	ハンバーグ 添え)キャベツ・きゅうり・トマト オニオンスープ	合挽きミンチ・玉ねぎ・人参・生しいたけ・パン粉・卵・塩・ キャベツ・きゅうり・トマト / ケチャップ・ソース・砂糖 玉ねぎ・人参・ベーコン・貝割れ大根・しょうゆ・塩・鶏ガラ	ごはん	牛乳 ふかし芋
土	8	牛乳 クッキー	豚肉と春雨の炒め煮 なすの味噌汁 バナナ	豚肉・春雨・玉ねぎ・赤ピーマン・にら・生椎茸・生姜・油・砂糖・醤油・酒 なす・しめじ・人参・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干し バナナ	ごはん	牛乳 クロワッサン
誕生会	7	牛乳 ココナッツサブレ	ケチャップライス・唐揚げ フライドポテト/ブロッコリー・トマト オニオンスープ・りんご	米・玉ねぎ・にんじん・バター・ベーコン・コンソメ・ケチャップ/ブロッコリー・トマト 鶏もも肉・塩コショウ・しょうが・片栗粉・揚げ油 / じゃが芋 玉ねぎ・にんじん・パセリ・塩コショウ・鶏ガラ		牛乳 チーズ蒸しパン



おひらき

*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。