



こんだてひょう



令和 3年 10月 清武中央こども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副 食	材 料	主食	3時 おやつ
月	4 16	牛乳 卵ボーロ	鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ 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・ハム・マヨネーズ・塩・こしょう 卵・しめじ茸・生椎茸・小松菜・醤油・鶏がら	ごはん	牛乳 芋シヨコラ (さつま芋・生クリーム・砂糖・きな粉)
火	5 19	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・糸こんにゃく・いんげん・切り昆布・砂糖・醤油・酒・だし汁 トマト・玉ねぎ・パセリ・砂糖・酢・塩・油 もやし・厚揚げ・(乾)わかめ・人参・ニラ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 梨 ビスケット
水	6 20	牛乳 せんべい	魚の照り焼き ごぼうサラダ きやべつのみそ汁・果物	魚の切り身・生姜・砂糖・醤油・みりん・油 ごぼう・(酢水)・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・(ごま) きやべつ・玉ねぎ・えのき茸・ねぎ・味噌・煮干し / みかん	ごはん	牛乳・ホットケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・卵 牛乳・バター・苺ジャム)
木	7 21	牛乳 丸ボーロ	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	魚一口大・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・水 もやし・人参・胡瓜・春雨・ロースハム・砂糖・酢・しょうゆ・ごま油 えのき茸・玉ねぎ・ねぎ・卵・醤油・(片栗粉)・鶏ガラ	ごはん	牛乳 バナナ せんべい
金	8 22	牛乳 みかん	えび入りクリームシチュー サクサクサラダ	鶏肉・むきえび・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース・シチューの素・牛乳・塩・こしょう・油 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	パン	牛乳・豆乳もち (豆乳・砂糖・片栗粉 きな粉・砂糖・塩)
土	23	牛乳 菓子	きつねうどん きやべつの和え物 果物	うどん・油揚げ・砂糖・醤油・酒・みりん・だし汁・小松菜・人参・生椎茸・ねぎ・ きやべつ・きゅうり・塩こんぶ / 醤油・みりん・煮干し みかん缶		お茶 ミニクリームパン
月	11 25	牛乳 チーズ	焼き魚 オクラの和え物 豚汁	甘塩鮭 オクラ・ひきわり納豆・人参・鰹節・しょうゆ 豚肉・大根・人参・ごぼう・糸こんにゃく・豆腐・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 メロンパン
火	12 26	ヨーグルト 卵ボーロ	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・酒 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 かりんとう
水	13 27	牛乳 あられ	鶏肉のオープン焼きネギソース ゆで野菜 かぼちゃの味噌汁	鶏肉・塩・片栗粉・長ネギ・生姜・ごま油・しょうゆ・酢・砂糖・水 キャベツ・人参 かぼちゃ・玉ねぎ・ニラ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 クラッシュゼリー・パイン缶 (寒天パパ・パイン缶)
木	14	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・しょうゆ・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 29	牛乳 コーンフレーク	ハンバーグ 人参の甘煮 コーンスープ	牛・豚ミンチ・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・パセリ・塩コショウ・鶏ガラ	パン	牛乳 みかん せんべい
土	2 16 30	牛乳 菓子	焼きビーフン 大根のみそ汁	豚肉・ビーフン・玉ねぎ・赤ピーマン・にら・生椎茸・ニンニク・油・醤油・鶏がら・酒 大根・油揚げ・(乾)わかめ・味噌・煮干し / 塩コショウ・ゴマ油		お茶 スティックパン
誕生会	15	牛乳 卵ボーロ	さつま芋ごはん・鶏肉みそ焼き 春雨サラダ・ミニプリン すまし汁・果物	米・さつま芋・塩・だし昆布・バター・黒ゴマ / 鶏肉・砂糖・味噌・みりん・酒・ゴマ 春雨・ロースハム・きゅうり・人参・マヨネーズ・塩・こしょう / ミニプリン しめじ茸・えのき茸・卵・ねぎ・醤油・煮干し / 梨		牛乳 ロールケーキ



おひらせ

28日は秋の遠足です * 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。

