



12がつ こんだてひょう



令和5年 南今泉保育園

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 せんべい	ポトフ ほうれん草のごま和え みかん	鶏肉・ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・ブロッコリー・鶏ガラ・塩P ほうれん草・大根・人参・油揚げ・すりごま・しょうゆ・砂糖・酢/ しょうゆ みかん	ごはん	牛乳 バームクーヘン
火	5 19	牛乳 チーズ	魚の煮付け ブロッコリーともやしのサラダ きのこのみそ汁	魚の切り身・しょうが・砂糖・みりん・醤油 ブロッコリー・もやし・人参・ごま・砂糖・しょうゆ・マヨネーズ エリンギ・しめじ・玉ねぎ・人参・ねぎ・しょうゆ・煮干	ごはん	ミルクココア (牛乳・ココア・砂糖) せんべい
水	6 20	牛乳 コーンフレーク	チキンカツ きゅうりのキャベツのサラダ 豆腐のみそ汁	鶏肉・卵・小麦粉・パン粉・油・ケチャップ・中濃ソース・塩コショウ 添え) きゅうり・キャベツ・人参・油・酢・砂糖・しょうゆ 豆腐・油揚げ・切り干し大根・ねぎ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳・野菜蒸しケーキ (卵・牛乳・小麦粉・BP・ ほうれん草・バター・砂糖)
木	7 21	牛乳 ビスケット	魚のムニエル かぼちゃの煮物 卵スープ	魚の切り身・酒・小麦粉・バター/添え) ブロッコリー かぼちゃ・砂糖・しょうゆ・だし汁 卵・生しいたけ・人参・チンゲン菜・しょうゆ・塩・鶏ガラ	ごはん	お茶 カップヨーグルト クラッカー
金	8	飲むヨーグルト	牛ひき肉と豆のケチャップ煮 オニオンスープ	トマト水煮缶・大豆・じゃがいも・人参・玉ねぎ・牛ひき肉・ニンニク・ ケチャップ・コンソメ・ソース・スキムミルク・塩・油・パセリ・粉チーズ 玉ねぎ・人参・ベーコン・パセリ・鶏ガラ・しょうゆ・塩コショウ	ごはん	お茶 おはぎ (米・もち米・きな粉・砂糖)
土	9 23	牛乳 せんべい	肉うどん 二色野菜の香味漬け	うどん・鶏肉・砂糖・しょうゆ・酒・人参・生しいたけ・ ねぎ・みりん・かつお節・昆布 白菜・人参・ごま油・しょうが・砂糖・酢・しょうが・しょうゆ		牛乳 バナナ ビスケット
月	11 25	牛乳 卵ボーロ	肉とごぼうの炒め煮 大根とツナのサラダ もずくのすまし汁	豚肉・ごぼう・人参・いんげん・干し椎茸・油・しょうゆ・みりん・みそ 大根・ツナ缶・胡瓜・人参・酢・油・醤油・砂糖 もずく・豆腐・えのき茸・人参・ねぎ・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 ジャムサンド (食パン・いちごジャム)
火	12 26	牛乳 チーズ	魚のかわりフライ ほうれん草のノリ和え 大根のみそ汁	白身魚・塩こしょう・小麦粉・卵・パン粉・油 ほうれん草・人参・もやし・ホールコーン・もみ海苔・しょうゆ 大根・人参・ねぎ・厚揚げ・乾わかめ・みそ・煮干し	ごはん	牛乳 カステラ
水	13 27	牛乳 丸ボーロ	クリームシチュー きゃべつとコーンのサラダ ウインナー	鶏肉・ブロッコリー・玉葱・人参・じゃが芋・バター・小麦粉・牛乳・塩P・鶏ガラ キャベツ・ホールコーン・人参・きゅうり・油・酢・しょうゆ・砂糖 ウインナー	パン	牛乳 バナナ おかき
木	14 28	牛乳 ビスコ	照り焼きチキン 大豆とひじきの炒り煮 かぼちゃのみそ汁	鶏肉・しょうゆ・砂糖・酒・油 / ブロッコリー・マヨネーズ ゆで大豆・ひじき・鶏肉・糸こんにゃく・人参・いんげん・生椎茸・砂糖・醤油・酒 かぼちゃ・しめじ・にら・みそ・煮干し	ごはん	牛乳/スキムミルク入り大学芋 (さつま芋・砂糖・ スキムミルク・油)
金	1 15	飲むヨーグルト	白菜と肉団子のスープ おからサラダ パイン缶	鶏ミンチ・卵・豆腐・片栗粉・葱・白菜・人参・ 干し椎茸・春雨 醤油・酒・塩・煮干し おから・ツナ缶・きゅうり・卵・油・マヨネーズ・塩/パイン缶	ごはん	お茶 オレンジゼリー (アガー・ 砂糖・みかん缶・オレンジジュース)
土	2 16	牛乳 せんべい	シーフードナポリタンスパゲッティ えのきのスープ	スパゲッティ・ベーコン・むきえび・玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ 油・バター・ケチャップ・粉チーズ 乾わかめ・えのきだけ・豆腐・ほうれん草・しょうゆ・塩・煮干し		牛乳 黒棒
誕生会 (金)	22	飲むヨーグルト	わかめご飯・ゆかりご飯・唐揚げ・ マカロニグラタン・ブロッコリー 野菜スープ・みかん	わかめご飯の素・ゆかりご飯の素/鶏肉・塩コショウ・しょうが・片栗粉・油 / ブロッコリー/ マカロニ・玉ねぎ・ベーコン・しめじ・とろけるチーズ・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ / 人参・玉ねぎ・えのきだけ・しょうゆ・鶏ガラ /みかん		お茶 プリン



*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。

