

# 2017年

# 10月

# こんだて予定表

北白川いづみ保育園

月 2・23	火 3・17	水 4・18	木 5・19	金・火 6・31	土 21	月 16・30	火 10・24	水 11・25	木 12	金 13・27	土 28
きのこ カレーライス フルーツ サラダ	ごはん もやし入り マーボ春雨 さつまいもの いとこ煮 すまし汁	ごはん アジフライ 青菜と白菜 のおかか和え 人参煮 みそ汁	ごはん 高野豆腐 のどぼろ煮 春菊とえのき のナムル風 みそ汁	ごはん 豚肉と山芋 の甘酢炒め 青菜と 油あげ煮 みそ汁	パン クリーム シチュー	焼豚入り 焼き飯 じゃが芋の コロコロサラダ 豆腐の 中華スープ	ごはん さんまの 塩焼き 青菜の 磯和え かぼちゃ煮 みそ汁	豚肉と きのこの 煮込みうどん 小芋と こんにゃく煮 フルーツ	ごはん 大豆入り つくね じゃこ入り 刻み昆布と 大根サラダ みそ汁	ごはん きのこの 中華炒め さつまいもの 天ぷら 大根と青菜 の中華スープ	親子丼 みそ汁
米(七分つき) 50 牛肉 25 人参 15 玉ねぎ 30 エリンギ 20 しめじ 10 しょうが 小麦粉 マーガリン カレー粉 ソース ケチャップ 塩 素精糖 こいくちしょうゆ コンソメ りんご 15 柿 20 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 豚ミンチ 25 春雨 10 もやし 30 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ みそ 鶏がらだし ゴマ油 さつまいも 30 金時豆 10 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし ほうれん草 15 しめじ 10 とろろ昆布 うすくちしょうゆ 塩 かつおだし	米(七分つき) 45 アジ 50 小麦粉 パン粉 なたね油 塩 青菜 30 白菜 30 かつお節 こいくちしょうゆ 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし キャベツ 15 焼きふ みそ 煮干し	米(七分つき) 45 鶏ミンチ 25 高野豆腐 8 人参 10 干し椎茸 1.5 さやいんげん 8 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし 春菊 30 えのきだけ 30 ゴマ油 こいくちしょうゆ 素精糖 じゃが芋 20 玉ねぎ 15 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚肉 25 山芋 40 白ねぎ 8 しめじ 10 しょうが 2 なたね油 こいくちしょうゆ 米酢 素精糖 青菜 50 油揚げ 5 うすくちしょうゆ 昆布・かつおだし かぼちゃ 20 わかめ 2 みそ 煮干し	ロールパン 鶏肉 30 人参 15 玉ねぎ 20 じゃが芋 50 しめじ 10 フロッキー 20 牛乳 小麦粉 マーガリン コンソメ 塩	米(七分つき) 45 焼豚 20 人参 10 玉ねぎ 20 ピーマン 5 こいくちしょうゆ 塩 なたね油 じゃが芋 35 きゅうり 10 ツナ缶 10 なたね油 こいくちしょうゆ 米酢 塩 豆腐 20 きくらげ 1 青ねぎ 3 うすくちしょうゆ 塩 鶏がらだし	米(七分つき) 45 さんま 50 塩 青菜 60 のり こいくちしょうゆ かぼちゃ 40 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし 大根 20 えのきだけ 10 みそ 煮干し	うどん 150 豚肉 25 人参 10 生しいたけ 10 しめじ 10 えのきだけ 10 白菜 30 青ねぎ 5 うすくちしょうゆ 昆布・かつおだし 小芋 40 こんにゃく 20 人参 10 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし りんご 1/6	米(七分つき) 45 鶏ミンチ 40 大豆 10 青ねぎ 5 しょうが こいくちしょうゆ 刻み昆布(生) 8 大根 25 人参 10 ちりめんじゃこ 3 なたね油 米酢 塩 素精糖 さつまいも 40 小麦粉 なたね油 大根 20 青菜 15 うすくちしょうゆ 塩 鶏がらだし	米(七分つき) 45 豚肉 25 人参 10 しめじ 15 エリンギ 20 えのき 15 きくらげ 1.5 青ねぎ 5 塩 中華だし なたね油 さつまいも 40 小麦粉 なたね油 大根 20 青菜 15 うすくちしょうゆ 塩 鶏がらだし	米(七分つき) 45 鶏肉 30 卵 25 人参 10 玉ねぎ 20 生しいたけ 10 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 じゃが芋 20 白菜 10 わかめ 2 みそ 煮干し
わらびもち 牛乳・煮干	バターラスク 牛乳・こんぶ	焼き芋 りんご 牛乳・スルメ	ゴマだれ団子 みかんジュース・煮干	チョコレート クッキー 牛乳・こんぶ	せんべい ビスケット リンゴジュース	蒸しパン 牛乳・スルメ	ポテト スティック 牛乳・煮干	梅干おにぎり 牛乳・こんぶ	芋芋ケーキ リンゴジュース・煮干	ジャム ロールパン 牛乳・スルメ	ビスケット せんべい 牛乳・煮干
わらび粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	食パン マーガリン 素精糖 牛乳・こんぶ	さつまいも りんご 牛乳・スルメ	白玉粉 こいくちしょうゆ 素精糖 ゴマ みかんジュース・煮干	小麦粉 マーガリン 素精糖 ココア 牛乳・こんぶ	せんべい ビスケット リンゴジュース	小麦粉 素精糖 なたね油 30日はハロウィンの 型抜きラスクです。 牛乳・スルメ	さつまいも なたね油 牛乳・煮干	米(七分つき) 梅干 牛乳・こんぶ	さつまいも マーガリン 素精糖 生クリーム リンゴジュース・煮干	ロールパン イチゴジャム 牛乳・スルメ	ビスケット 揚げせんべい 牛乳・煮干

7日 運動会 6日おやつ 運動会頑張ろうクッキー トマト・カズラ:型抜きクッキー レモン:おやつ ポテト:のらねこ メキャベツ:おしい探偵 キャベツ:マルガリータのクッキーを作ります。  
 20日 お弁当の日(レモン以上) カズラ・トマト:鶏肉の煮込みうどん・じゃこじゃがサラダ(鶏肉・人参・えのき・油揚げ・青菜・じゃが芋・ちりめんじゃこ・パセリ・ゴマ) おやつ:カップホットケーキ・牛乳(小麦粉・マーガリン・卵・素精糖・牛乳)  
 27日 キャベツさん比叡山登山 26日比叡山登山頑張ろうメニュー ご飯・鶏のから揚げ・ポテトサラダ・フロッキー・みそ汁 キャベツさんのおにぎりで大皿盛りで比叡山を作ります。みんなで比叡山を食べて制覇します。  
 おやつ:きびだんご・牛乳