



# 2018年6月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

金 1・15	土 2・16・30	月 4・18	火 5・19	水 6・20	木・金 7・29	金 8・22	土 9・23	月 11・25	火 12・26	水 13・27	木 14・28
ごはん じゃが芋の ハンバーグ オクラとわかめ のサラダ みそ汁	焼きそば みそ汁	ハヤシライス トマトと メロンサラダ	ごはん 鶏肉のジャー マンかぼちゃ きゅうりの 塩こぶ和え すまし汁	ごはん じゃが芋の カレーとほろ煮 にらともやし のナムル風 みそ汁	ごはん 豆腐とひじき 炒め煮 刻み昆布の サラダ みそ汁	ごはん 焼魚 キャベツと 青菜の磯和え 人参煮 みそ汁	鶏肉と 油揚げ丼 みそ汁	夏の ちらし寿司 かぼちゃと ツナのサラダ みそ汁	ごはん もやし入り マーボ春雨 アスパラと 玉ねぎの サラダ みそ汁	鶏肉と キャベツの 煮込みうどん じゃが芋の のりゴマ和え フルーツ	ごはん 煮魚 夏野菜煮 みそ汁
米(七分つき) 45 合挽きミンチ 40 じゃが芋 30 玉ねぎ 20 パン粉 塩 オクラ 15 わかめ 2 トマト 25 なたね油 米酢 塩 かぼちゃ 20 えのき 10 みそ 煮干し	焼きそば 90 豚肉 3.0 キャベツ 30 人参 10 もやし 20 ソース なたね油 青のり かつお節 じゃが芋 20 玉ねぎ 15 みそ 煮干し	米(七分つき) 50 牛肉 40 玉ねぎ 50 人参 15 じゃが芋 25 さやいんげん 8 小麦粉 マーガリン ケチャップ ソース 赤ワイン コンソメ トマト 20 メロン 20 みかん缶 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 鶏肉 30 かぼちゃ 60 玉ねぎ 20 こいくちしょうゆ 素精糖 なたね油 きゅうり 40 塩昆布 2 オクラ 15 焼きふ わかめ 2 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	米(七分つき) 45 合挽きミンチ 30 じゃが芋 60 玉ねぎ 20 えんどう豆 8 カレー粉 コンソメ ニラ 20 もやし 40 ゴマ油 こいくちしょうゆ 素精糖 なす 20 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 鶏ミンチ 30 豆腐 50 人参 10 ひじき 3 さやいんげん 8 こいくちしょうゆ 素精糖 なたね油 刻み昆布 2 トマト 25 きゅうり 15 なたね油 米酢 塩 キャベツ 15 えのき 10 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 魚 50 キャベツ 30 青菜 30 のり 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 かぼちゃ 20 玉ねぎ 10 みそ 煮干し	米(七分つき) 50 鶏肉 40 油揚げ 5 人参 10 玉ねぎ 20 生しいたけ 8 青ねぎ こいくちしょうゆ 素精糖 ちりめんじゃこ 5 きゅうり 15 青しそ 2 卵 なたね油 のり じゃが芋 20 わかめ みそ 煮干し	米(七分つき) 50 米酢・素精糖・塩 高野豆腐 3 人参 5 干しいたけ 2 こいくちしょうゆ 素精糖 ちりめんじゃこ 5 きゅうり 15 青しそ 2 卵 なたね油 のり かぼちゃ 50 さやいんげん 8 ツナ缶 10 なたね油 米酢 塩 もやし 15 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚ミンチ 30 もやし 30 春雨 10 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ みそ 鶏がらスープ ゴマ油 アスパラ 20 玉ねぎ 20 トマト 20 なたね油 米酢 塩 じゃが芋 20 オクラ 15 みそ 煮干し	うどん 150 鶏肉 30 人参 10 キャベツ 20 生しいたけ 8 油揚げ 5 青ねぎ 5 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし じゃが芋 35 きゅうり 10 人参 10 のり ゴマ なたね油 米酢 こいくちしょうゆ パイナップル	米(七分つき) 45 魚 50 しょうが 2 こいくちしょうゆ 素精糖 かぼちゃ 40 なす 30 オクラ 15 こいくちしょうゆ 素精糖 豆腐 20 わかめ 青ねぎ 3 みそ 煮干し
ジャム ロールパン 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	黒砂糖 わらびもち 牛乳・スルメ	じゃが芋の 粉チーズケーキ 牛乳・煮干	かぼちゃの スイートポテト 牛乳・こんぶ	おじゃこ トースト みかんジュース・煮干	クッキー 牛乳・スルメ	枝豆 ビスケット 牛乳	ココア入り ホットケーキ リンゴジュース・煮干	かぼちゃボール 牛乳・スルメ	渦巻き おにぎり 牛乳・こんぶ	甘だれだんご 牛乳・煮干
ロールパン いちごジャム 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	わらび粉 マスコバト糖 きな粉 牛乳・スルメ	じゃが芋 マーガリン 素精糖 粉チーズ 牛乳・煮干	かぼちゃ 素精糖 牛乳・こんぶ	食パン ちりめんじゃこ マヨネーズ 青のり みかんジュース・煮干	小麦粉 マーガリン 素精糖 牛乳・スルメ	枝豆 ビスケット 牛乳	小麦粉 マーガリン 素精糖 ココア 牛乳 卵 リンゴジュース・煮干	かぼちゃ 小麦粉 マーガリン 素精糖 牛乳・スルメ	米(七分つき) 梅干 塩昆布 牛乳・こんぶ	白玉粉 素精糖 こいくちしょうゆ 牛乳・煮干

8日9日 キャベツお泊り保育 7日 キャベツさんお泊り保育頑張ろう!ミートパン

21日 お弁当の日(ポテト以上) レモン以下:豚カレー丼・みそ汁(米・豚肉・人参・玉ねぎ・油揚げ・青ねぎ・じゃが芋・えのき) おやつ:コーン入り蒸しパン(小麦粉・素精糖・コーン缶)・牛乳