

# 2018年 9月 こんだて予定表

北白川いづみ保育園

土 1・15・29	月 3	火 4・18	水 5・19	木 6	金 7・21	土 8・22	月 10	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28
親子丼 みそ汁	鮭とわかめの 混ぜご飯 かぼちゃと 刻み昆布煮 みそ汁 フルーツ	ごはん 手羽の トマト煮 ピーマンと ツナ炒め みそ汁	ごはん 豚肉の 和風マリネ 切干大根煮 すまし汁	ゆうやけご飯 きびなごの 唐揚げ 山芋とオクラ のおかか合え トマト みそ汁	ごはん きゅういと 豚肉の炒め物 かぼちゃの バター焼 もやしとわかめ の中華スープ	焼きそば みそ汁	カレーライス トマト サラダ	ごはん かぼちゃバーグ グリーンボール となすの 塩こぶ和え みそ汁	ごはん 焼魚 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	冷麺 さつまいもと 三度豆の サラダ フルーツ	ごはん 万願寺と 厚揚げ煮 かぼちゃの 天ぷら みそ汁
米(七分つき) 50 鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 生しいたけ 8 卵 20 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし かぼちゃ 20 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 鮭 35 わかめ 2 こいくちしょうゆ ゴマ かぼちゃ 60 刻み昆布 2 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 梨 1/6	米(七分つき) 45 手羽先 2つ 玉ねぎ 15 トマト缶 20 塩 コンソメ ピーマン 20 もやし 30 ツナ缶 15 塩 なたね油 なす 20 焼きふ 2 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚肉 30 キャベツ 30 わかめ 2 こいくちしょうゆ 米酢 切干大根 6 油揚げ 5 人参 10 こいくちしょうゆ 素精糖 鶏肉 15 オクラ 10 えのき 10 うすくちしょうゆ 塩 かつおだし	米(七分つき) 45 人参 10 うすくちしょうゆ 塩 昆布だし きびなご 40 片栗粉 塩 なたね油 山芋 35 オクラ 15 かつお節 こいくちしょうゆ トマト 1/6 豆腐 20 青ねぎ 3 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚肉 30 きゅうり 45 人参 10 きくらげ 2 コーン缶 8 塩 こいくちしょうゆ ごま油 かぼちゃ 60 マーガリン もやし 15 わかめ 2 うすくちしょうゆ 塩 中華だし	焼きそば麺 90 豚肉 30 人参 10 キャベツ 30 もやし 20 ソース かつお節 青のり なたね油 じゃが芋 20 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 50 牛肉 40 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 40 しょうが 2 小麦粉 マーガリン カレー粉 こいくちしょうゆ ソース ケチャップ 塩 素精糖 なたね油 トマト 20 きゅうり 15 みかん缶 20 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 鶏ミンチ 40 かぼちゃ 30 玉ねぎ 20 片栗粉 塩 なたね油 なす 30 グリーンボール 30 塩昆布 さつまいも 20 焼きふ みそ 煮干し 冬瓜 20 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 中華麺 90 焼豚 30 きゅうり 15 トマト 1/8 わかめ 2 卵 20 米酢 こいくちしょうゆ 中華だし 素精糖 ごま油 さつまいも 50 三度豆 8 マヨネーズ 塩 13日 梨 1/6 27日 りんご 1/6	米(七分つき) 45 鶏ミンチ 30 万願寺甘とう 30 厚揚げ 30 干しいたけ 1.5 こいくちしょうゆ みりん 素精糖 昆布・かつおだし かぼちゃ 50 小麦粉 塩 なたね油 キャベツ 15 えのき 10 みそ 煮干し	
枝豆 ビスケット 牛乳	黒砂糖サター アンダーギー 牛乳・煮干	オレンジ団子 牛乳・スルメ	かぼちゃと チーズ焼 りんごジュース・煮干	ジャムトースト 牛乳・こんぶ	ゴマクッキー 牛乳・煮干	ビスケット せんべい りんごジュース	抹茶 わらびもち 牛乳・スルメ	生クリーム ロールパン 牛乳・煮干	かぼちゃとレーズン スイートポテト 牛乳・こんぶ	和風おやき みかんジュース・煮干	焼き芋 フルーツ 牛乳・スルメ
枝豆 ビスケット 牛乳	小麦粉 マスコバト糖 卵 なたね油 牛乳・煮干	白玉粉 オレンジジュース 素精糖 牛乳・スルメ	かぼちゃ プロセスチーズ マーガリン 素精糖 りんごジュース・煮干	食パン りんごジャム 牛乳・こんぶ	小麦粉 マーガリン 素精糖 ゴマ 牛乳・煮干	ビスケット せんべい りんごジュース	わらび粉 抹茶 きな粉 素精糖 牛乳・スルメ	ロールパン 生クリーム 素精糖 牛乳・煮干	かぼちゃ レーズン 素精糖 マーガリン 牛乳・こんぶ	米(七分つき) ちいめんじゃこ 青しそ こいくちしょうゆ みかんジュース・煮干	さつまいも りんご 牛乳・スルメ

20日 お弁当の日(ポテト以上) レモン以下:冷やしうどん・じゃが芋のそぼろ煮(うどん・納豆・オクラ・生しいたけ・のり・じゃが芋・合挽きミンチ・人参)  
おやつ:黒砂糖蒸しパン(小麦粉・マスコバト糖・塩)・牛乳

