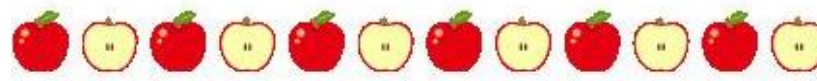




# 2018年11月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

木 1・29	金 2・16	土 17	月 5・19	火 6・20	水 7・21	木 8・22	金 9・30	土 24	月 12・26	火 13・27	水 14・28
ごはん 豚肉と 豆腐煮 ほうれん草と もやし炒め みそ汁	ごはん 鶏肉と大根煮 れんこんと フロッキー おかか合え すまし汁	味噌煮込み うどん 小芋と 油揚げ煮	大豆の キーマカレー フルーツ サラダ	ごはん ひじき入り ミートローフ 大根とツナの サラダ きのこ 青菜のスープ	五目うどん 根菜煮 フルーツ	ごはん さんま 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	ごはん きのこ れんこん炒め 山芋の 梅揚げ みそ汁	ロールパン カレー シチュー	しめじごはん さつまい フルーツ	ごはん フロッキーの 鶏とほろ 里芋と人参の 土佐煮 みそ汁	ごはん いわしの 唐揚げ 青菜と白菜 のゴマ和え 大根煮 みそ汁
米(七分つき) 45 豚肉 30 豆腐 50 玉ねぎ 20 糸こんにゃく 20 こいくちしょうゆ 素精糖 ほうれん草 30 もやし 30 塩 こいくちしょうゆ なたね油 白菜 15 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 鶏肉 40 大根 60 青菜 20 こいくちしょうゆ 素精糖 れんこん 20 フロッキー 25 かつお節 こいくちしょうゆ 水菜 15 焼きふ 2 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	うどん 150 鶏ミンチ 30 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 15 生しいたけ 8 わかめ 青ねぎ 5 みそ 昆布・かつおだし 小芋 30 油揚げ 5 人参 15 こいくちしょうゆ 素精糖	米(七分つき) 50 合挽きミンチ 40 大豆(ゆで) 15 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 25 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 20 柿 20 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 合挽きミンチ 40 人参 10 玉ねぎ 30 ひじき 3 生しいたけ 5 さやいんげん 5 パン粉 塩 大根 50 ツナ缶 10 パセリ 1 こいくちしょうゆ 青菜 15 しめじ 10 えのき 10 うすくちしょうゆ 塩 中華だし	うどん 150 鶏肉 30 人参 10 小松菜 15 油揚げ 5 生しいたけ 8 えのきだけ 10 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおだし ごぼう 15 れんこん 20 人参 10 里芋 20 こいくちしょうゆ 素精糖 みかん 1/2	米(七分つき) 45 さんま 塩 青菜 60 のり 1 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 じゃが芋 20 玉ねぎ 15 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚肉 30 れんこん 35 人参 10 生しいたけ 10 しめじ 10 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 山芋 40 梅干 小麦粉 なたね油 キャベツ 15 厚揚げ 20 みそ 煮干し	ロールパン 40 牛肉 40 人参 15 玉ねぎ 20 じゃが芋 50 しめじ 10 フロッキー 20 小麦粉 マーガリン カレー粉 ソース ケチャップ こいくちしょうゆ 素精糖 塩 コンソメ	米(七分つき) 45 しめじ 10 うすくちしょうゆ 塩 みりん 昆布だし 豚肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 生しいたけ 10 油揚げ 5 豆腐 20 こんにゃく 15 白菜 30 さつまい 30 青ねぎ 5 みそ 煮干し りんご 1/6	米(七分つき) 45 いわし 40 塩 片栗粉 なたね油 青菜 30 白菜 30 ゴマ 3 こいくちしょうゆ 素精糖 大根 30 うすくちしょうゆ 素精糖 昆布・かつおだし 里芋 20 わかめ みそ 煮干し	
さつまい ボール 牛乳・煮干	お好み焼き 牛乳・こんぶ	干し芋 りんご 牛乳	ジャムトースト 牛乳・煮干	レーズン入り スイートポテト 牛乳・スルメ	人参おにぎり りんごジュース・煮干	黒砂糖だんご 牛乳・こんぶ	クッキー 牛乳・煮干	せんべい ビスケット 牛乳	ミルクもち みかんジュース・煮干	フレンチ トースト 牛乳・スルメ	芋芋ケーキ 牛乳・こんぶ
さつまい 小麦粉 素精糖 なたね油 牛乳・煮干	小麦粉 豚肉 キャベツ・青ねぎ 卵 なたね油 ソース 牛乳・こんぶ	干し芋 りんご せんべい 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳・煮干	さつまい マーガリン 素精糖 レーズン 牛乳・スルメ	米(七分つき) 人参 ちりめんじゃこ ゴマ 塩 りんごジュース・煮干	白玉粉 マスコバト糖 牛乳・こんぶ	小麦粉 マーガリン 素精糖 牛乳・煮干	せんべい ビスケット 牛乳	片栗粉 牛乳 素精糖 きな粉 みかんジュース・煮干	食パン マーガリン 牛乳 卵 素精糖 牛乳・スルメ	さつまい マーガリン 素精糖 生クリーム 牛乳・こんぶ

10日 バザー ご協力よろしくお願いいたします。

15日 お弁当の日 《レモン以上》 カズラ・トマト・カレーうどん・じゃこじゃがサラダ(うどん・牛肉・人参・玉ねぎ・油揚げ・青ねぎ・じゃが芋・ちりめんじゃこ・パセリ・ゴマ)

おやつ:りんご入り蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・りんご・牛乳)

