



# 2019年4月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

月 1・15	火 16	水 3・17	木 4	金 5・19	土 6・20	月 8・22	火 9・23	水 10・24	木 11・25	金 12・26	土 13・27
ひじきの 混ぜご飯 フロッキー とツナの ゴマ酢和え みそ汁	ごはん ふき入り きんぴら 春キャベツの 煮びたし みそ汁	ごはん たらの 天ぷら 青菜の磯和え たけのこ煮 みそ汁	ミンチと キャベツの 煮込みうどん じゃこじゃが サラダ フルーツ	ごはん ベーコンと じゃが芋炒め 五目煮豆 わかたけ汁	チキンライス フロッキー 大根と青菜 のスープ	カレーライス フルーツ サラダ	豆ごはん 鰹のみそづけ 切干大根と ほうれん草の ゴマ和え 人参煮 みそ汁	ごはん マーボ豆腐 スナッフ エンドウの 和風ドレ和え 中華スープ	ごはん 鶏手羽と たけのこ煮 青のり入り 玉ねぎの リングフライ みそ汁	ごはん 肉じゃが ニラともやし のナムル風 すまし汁	煮込みうどん じゃが芋の のりゴマ サラダ
米(七分つき) 45 鶏ミンチ 30 ひじき 3 人参 10 こんにゃく 10 のり こいくちしょうゆ みりん フロッキー 30 ツナ缶 10 米酢 こいくちしょうゆ 素精糖 キャベツ 15 えのき 10 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚肉 30 ふき 15 ごぼう 8 人参 10 たけのこ 8 こんにゃく 10 ゴマ 2 こいくちしょうゆ 素精糖 なたね油 キャベツ 50 油揚げ 5 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし 玉ねぎ 15 厚揚げ 20 みそ 煮干し じゃが芋 20 焼きふ みそ 煮干し	米(七分つき) 45 たら 50 小麦粉 塩 なたね油 青菜 60 のり こいくちしょうゆ たけのこ 20 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし 玉ねぎ 15 厚揚げ 20 みそ 煮干し	うどん 150 合挽きミンチ 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 みりん 塩 昆布・かつおだし じゃが芋 50 ちいめんじゃこ 5 パセリ 2 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ みかん 1/2	米(七分つき) 45 ベーコン 15 じゃが芋 40 アスパラ 30 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ 塩 大豆(ゆで) 20 れんこん 10 昆布 2 人参 10 こんにゃく 10 こいくちしょうゆ 素精糖 たけのこ 15 わかめ 2 うすくちしょうゆ 塩 かつおだし	米(七分つき) 50 鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 さやいんげん 8 コーン缶 10 なたね油 ケチャップ 塩 フロッキー 20 大根 20 青菜 15 うすくちしょうゆ 塩 中華だし	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 塩 素精糖 ケチャップ ソース コンソメ いちご 20 りんご 20 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 えんどう豆 10 塩 昆布だし さわら 50 みそ 切干大根 3 ほうれん草 30 ゴマ こいくちしょうゆ 素精糖 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし キャベツ 15 わかめ 2 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚ミンチ 30 豆腐 60 玉ねぎ 20 ニラ 5 干し椎茸 1 みそ こいくちしょうゆ 中華だし なたね油 スナッフエンドウ 30 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ もやし 15 人参 8 きくらげ 1 うすくちしょうゆ 中華だし	米(七分つき) 45 鶏手羽元 2つ たけのこ 20 人参 20 さやえんどう 8 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし 玉ねぎ 35 青のり 0.3 塩 小麦粉 パン粉 なたね油 じゃが芋 20 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 牛肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 じゃが芋 40 糸こんにゃく 10 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし ニラ 20 もやし 40 ごま油 こいくちしょうゆ 素精糖 豆腐 20 青菜 15 えのき 10 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	うどん 150 鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 生しいたけ 8 油揚げ 5 青ねぎ 5 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおだし じゃが芋 50 人参 10 のり ゴマ なたね油 米酢 こいくちしょうゆ
レーズン入りじゃが芋 のスイートポテト 牛乳・煮干	甘だれだんご 牛乳・こんぶ	ジャム ロールパン 牛乳・スルメ	きな粉にぎり みかんジュース・煮干	カップ ホットケーキ 牛乳・こんぶ	せんべい ビスケット 牛乳	わらびもち 牛乳・煮干	おじゃこ トースト リンゴジュース・煮干	じゃが芋とツナの ピザ風おやき 牛乳・スルメ	ニラせんべい 牛乳・こんぶ	クッキー 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳
じゃが芋 マーガリン 素精糖 レーズン 牛乳 牛乳・煮干	白玉粉 こいくちしょうゆ 素精糖 牛乳・こんぶ	ロールパン りんごジャム 牛乳・スルメ	米(七分つき) きな粉 素精糖 みかんジュース・煮干	小麦粉 マーガリン 卵 素精糖 牛乳 牛乳・こんぶ	せんべい ビスケット 牛乳	わらび粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	食パン ちいめんじゃこ マヨネーズ 青のり リンゴジュース・煮干	じゃが芋 ツナ缶 玉ねぎ ケチャップ 片栗粉 塩・なたね油 牛乳・スルメ	小麦粉 ニラ 卵 みそ なたね油 牛乳・こんぶ	小麦粉 マーガリン 素精糖 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳

1日 始園日

2日 入園・進級式 焼きそば・みそ汁(豚肉・人参・キャベツ・もやし・ソース・かつお節・青のり・じゃが芋・油揚げ) おやつ: 蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・塩)

18日 お弁当の日 カレーうどん・じゃこじゃがサラダ(牛肉・人参・玉ねぎ・青ねぎ・油揚げ・じゃが芋・ちいめんじゃこ・パセリ・ゴマ) おやつ: 蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・塩)

gは幼児さんの量になります。

