



2019年5月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

月 20	火 7・21	水 8・22	木 9	金 10・24	土 11・25	月 13・27	火 14・28	水 15・29	木 16・30	金 17・31	土 18
カレーライス フルーツ サラダ	ごはん キャベツたっぷり ハンバーグ 刻み昆布と コーンのサラダ みそ汁	きつねうどん かぼちゃの そぼろ煮 フルーツ	ごはん 焼魚 青菜とキャベツ のおかか合え 人参煮 みそ汁	ごはん 鶏肉と じゃが芋の ケチャップ炒め ごぼうの 唐揚げ みそ汁	鶏ミンチの 和風丼 みそ汁	アスパラ チャーハン じゃが芋の おかかサラダ 中華スープ	ごはん カレー豚じゃが ニラとキャベツ のじゃこ和え みそ汁	ごはん ふき入り鶏肉 と切干大根煮 スナッフえん とうとツナの ゴマ和え みそ汁	たけのこご飯 いわしのフライ 青菜の磯和え 人参煮 みそ汁	ごはん 豆腐と キャベツ炒め かぼちゃの バター焼き ニラの すまし汁	鶏肉と キャベツの 煮込みうどん じゃが芋と えんどう豆の 甘煮
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 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 素精糖 コンソメ きゅうり 15 メロン 20 みかん缶 20 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 合挽きミンチ 40 キャベツ 40 玉ねぎ 20 小麦粉 塩 刻み昆布(生) 6 きゅうり 10 人参 10 コーン缶 10 なたね油 米酢 塩 じゃが芋 20 わかめ みそ 煮干し	うどん 150 油揚げ 15 生しいたけ 8 こいくちしょうゆ 素精糖 ほうれん草 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし 鶏ミンチ 20 かぼちゃ 60 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし 8日 メロン 22日 パイナップル	米(七分つき) 50 さば 50 塩 キャベツ 30 青菜 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 かぼちゃ 20 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 鶏肉 30 じゃが芋 50 人参 10 えんどう豆 8 ケチャップ 塩 なたね油 ごぼう 30 こいくちしょうゆ 素精糖 なたね油 キャベツ 15 焼きふ 2 みそ 煮干し	米(七分つき) 50 鶏ミンチ 40 人参 10 玉ねぎ 20 生しいたけ 10 たけのこ 10 さやいんげん 10 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし さつま芋 20 えのき 10 みそ 煮干し	米(七分つき) 50 豚肉 30 アスパラ 20 玉ねぎ 20 青ねぎ 5 塩 なたね油 じゃが芋 35 きゅうり 10 人参 10 のり かつお節 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ もやし 15 人参 5 きくらげ 1 うすくちしょうゆ 中華だし	米(七分つき) 45 豚肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 じゃが芋 45 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ カレー粉 塩 ニラ 30 キャベツ 30 ちりめんじゃこ 2 こいくちしょうゆ 豆腐 20 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 鶏肉 30 切干大根 5 人参 10 油揚げ 5 ふき 20 こいくちしょうゆ 素精糖 スナッフエンドウ 30 ツナ缶 10 ゴマ こいくちしょうゆ 素精糖 かぼちゃ 20 わかめ 2 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 たけのこ 10 油揚げ 3 人参 3 さやえんどう 5 うすくちしょうゆ みりん 塩・昆布だし いわし 40 小麦粉・パン粉 塩・なたね油 青菜 60 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 じゃが芋 20 えのき 10 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚肉 25 豆腐 35 キャベツ 35 ピーマン 10 かつお節 こいくちしょうゆ 塩 なたね油 かぼちゃ 60 マーガリン 5 鶏肉 15 ニラ 5 生しいたけ 8 うすくちしょうゆ 塩 かつおだし	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 みりん 塩 昆布・かつおだし じゃが芋 60 えんどう豆 8 素精糖 うすくちしょうゆ
わらびもち 牛乳・煮干	かぼちゃの スコーン 牛乳・スルメ	じゃこと豆の おにぎり みかんジュース・煮干	青のり入り ポテトフライ 牛乳・こんぶ	抹茶クッキー 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	黒砂糖団子 牛乳・スルメ	かぼちゃ チーズカッパ リンゴジュース・煮干	きな粉パン 牛乳・こんぶ	ちぢみ 牛乳・煮干	ポンテケーショ 牛乳・こんぶ	枝豆 ビスケット 牛乳
わらび粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	小麦粉 かぼちゃ マーガリン 素精糖 牛乳・スルメ	米(七分つき) えんどう豆 ちりめんじゃこ ゴマ 塩 みかんジュース・煮干	じゃが芋 青のり なたね油 塩 牛乳・こんぶ	小麦粉 マーガリン 素精糖 抹茶 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	白玉粉 マスコバト糖 牛乳・スルメ	かぼちゃ フロセスチーズ マーガリン リンゴジュース・煮干	食パン きな粉 マーガリン 素精糖 牛乳・こんぶ	小麦粉 卵 豚肉 人参・ニラ なたね油 こいくちしょうゆ・酢 牛乳・煮干	じゃが芋 片栗粉 小麦粉 粉チーズ 牛乳 塩 牛乳・こんぶ	枝豆 ビスケット 牛乳

23日 お弁当の日(ポテト以上) レモン以下 焼豚入り焼き飯 さつま芋のサラダ みそ汁(米・焼き豚・人参・玉ねぎ・青ねぎ・さつま芋・人参・かぼちゃ・油揚げ)
おやつ: 蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・牛乳)

