



# 2019年6月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

土 1・15・29	月 3・17	火 4・18	水 5・19	木 6	金 7・21	土 8・22	月 10・24	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28
みそ煮込み うどん 高野と じゃが芋煮	ハヤシライス トマト サラダ	ごはん キャベツと アサリの蒸し煮 かぼちゃの ゴマじゃこ和え みそ汁	ごはん ささみと もやしのサラダ じゃが芋の 和風ソテー すまし汁	ごはん 春雨の ゴマ風味炒め ひじき煮 みそ汁	ごはん 焼魚 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	鶏カレー丼 みそ汁	ミンチと 納豆ご飯 アスパラと キャベツサラダ トマト添え 中華スープ	ごはん なすの そばろあん じゃが芋と スナッフえん どう炒め みそ汁	豚肉と キャベツの 煮込みうどん かぼちゃと ツナのサラダ フルーツ	ごはん 厚揚げの カレー煮 ニラの 煮びたし みそ汁	あじさい ごはん ししゃもの 天ぷら 夏野菜煮 みそ汁
うどん 150 鶏ミンチ 30 人参 10 玉ねぎ 20 生しいたけ 8 もやし 15 わかめ 2 青ねぎ 5 みそ かつおだし じゃが芋 40 高野豆腐 8 人参 10 こいくちしょうゆ 素精糖	米(七分つき) 50 牛肉 40 玉ねぎ 50 じゃが芋 25 人参 15 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 アサリ 20 キャベツ 60 塩 うすくちしょうゆ 酒 かぼちゃ 60 ゴマ 2 ちいめんじゃこ 3 こいくちしょうゆ なす 20 油揚げ 5 みそ 煮干だし	米(七分つき) 45 ささみ 30 きゅうり 15 もやし 20 トマト 20 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ じゃが芋 50 かつお節 こいくちしょうゆ なたね油 豆腐 20 青菜 15 えのき 10 うすくちしょうゆ 塩 かつおだし	米(七分つき) 45 豚肉 30 春雨 8 人参 10 ピーマン 8 生しいたけ 8 ゴマ こいくちしょうゆ ごま油 ひじき 3 油揚げ 5 こんにゃく 10 人参 10 こいくちしょうゆ 素精糖 じゃが芋 20 玉ねぎ 15 みそ 煮干だし	米(七分つき) 45 さば 50 塩 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 かぼちゃ 20 焼きふ 2 みそ 煮干だし	米(七分つき) 50 鶏肉 40 人参 10 玉ねぎ 20 油揚げ 8 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ カレー粉 みりん 塩 かつおだし なす 20 わかめ 2 みそ 煮干だし	米(七分つき) 45 豚ミンチ 25 納豆 20 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 アスパラ 20 キャベツ 20 人参 10 なたね油 米酢 塩 トマト 1/6 もやし 15 人参 5 きくらげ 1 中華だし うすくちしょうゆ	米(七分つき) 45 鶏ミンチ 30 なす 60 うすくちしょうゆ 片栗粉 かつおだし ベーコン 10 じゃが芋 35 スナッフエンドウ 15 なたね油 塩 玉ねぎ 15 オクラ 10 みそ 煮干だし	うどん 150 豚肉 30 人参 20 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 かぼちゃ 50 さやいんげん 8 ツナ缶 10 マヨネーズ 塩 パイナップル じゃが芋 20 えのき 10 みそ 煮干だし	米(七分つき) 45 豚ミンチ 30 厚揚げ 30 玉ねぎ 20 きくらげ 1 人参 10 カレー粉 こいくちしょうゆ みりん かつおだし ニラ 25 油揚げ 5 こんにゃく 10 うすくちしょうゆ 昆布・かつおだし じゃが芋 20 えのき 10 みそ 煮干だし キャベツ 15 わかめ 2 みそ 煮干だし	米(七分つき) 45 梅干 3 ちいめんじゃこ 3 しそ 2 ししゃも 40 小麦粉 塩 なたね油 かぼちゃ 40 なす 30 オクラ 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 煮干だし
ビスケット せんべい 牛乳	黒砂糖 わらびもち 牛乳・煮干	じゃが芋の ココアケーキ リンゴジュース・煮干	かぼちゃボール 牛乳・こんぶ	コーンマヨ トースト 牛乳・スルメ	マーブル クッキー 牛乳・煮干	枝豆 ビスケット 牛乳	きな粉だんご 牛乳・煮干	かぼちゃの スイートポテト 牛乳・こんぶ	とろろ おにぎり 牛乳・煮干	生クリーム ロールパン 牛乳・スルメ	じゃが芋の チーズ焼 みかんジュース・煮干
ビスケット せんべい お茶	ふわ マスコバト糖 きな粉 牛乳・煮干	じゃが芋 小麦粉 なたね油 素精糖 ココア リンゴジュース・煮干	かぼちゃ 小麦粉 素精糖 なたね油 牛乳・こんぶ	食パン コーン缶 マヨネーズ 牛乳・スルメ	小麦粉 マーガリン 素精糖 ココア 牛乳・煮干	枝豆 ビスケット 牛乳	白玉粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	かぼちゃ マーガリン 素精糖 牛乳・こんぶ	米(七分つき) 鶏ミンチ しょうが こいくちしょうゆ みりん ゴマ 牛乳・煮干	ロールパン 生クリーム 素精糖 牛乳・スルメ	じゃが芋 スライスチーズ ケチャップ みかんジュース・煮干

7日8日 キャベツ お泊り保育 6日お泊り保育頑張ろうミートパン(小麦粉・卵・マーガリン・塩・素精糖・豚ミンチ・ベーコン・玉ねぎ・ケチャップ)・牛乳

20日 お弁当の日(ポテト以上) レモン以下 カレーうどん・かぼちゃと刻み昆布煮(うどん・牛肉・人参・玉ねぎ・油揚げ・青ねぎ・かぼちゃ・刻み昆布) おやつ:黒砂糖蒸しパン・牛乳(小麦粉・マスコバト糖)

