



2019年7月8月 こんだて予定表



北白川いずみ保育園

月 1・29 26	火 2・16・30 27	水 3・17・31 28	木 4・18 1・29	金 5・19 2・30	土 6・20 3・17・31	月 8・22 5・19	火 9・23 6・20	水 10・24 7・21	木 11・25 8・22	金 12・26 9・23	土 13・27 10・24
ミンチと ナスのカレー トマトサラダ	ごはん 手羽梅焼き ズイキの ゴマ酢和え 人参煮 みそ汁	冷やし きつねうどん 豚じゃが フルーツ	ごはん カジキの 夏野菜ソース かぼちゃの サラダ みそ汁	ごはん マーボナス きゅうりとコーン のおかか和え 豆腐の 中華スープ	チキンライス トマト コンソメ スープ	鮭とわかめ の混ぜご飯 ひじきと 万願寺の じゃこ炒め みそ汁	ごはん 鶏肉のジャー マンカぼちゃ 刻み昆布 サラダ みそ汁	焼きそば 具たくさん みそ汁 フルーツ	ごはん 焼き魚 オクラとなす のゴマ和え トマト みそ汁	ごはん 豚肉とスッキーニ の塩昆布炒め じゃが芋の バターソテー すまし汁	トースト マカロニ サラダ 鶏肉と とうがんの カレースープ
米(七分つき) 50 合びきミンチ 40 なす 40 玉ねぎ 30 人参 15 じゃが芋 25 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 コンソメ 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 手羽元 2つ 梅干し こいくちしょうゆ みりん 酒 素精糖 ずいき 40 ゴマ こいくちしょうゆ 米酢 素精糖 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし じゃが芋 20 オクラ 10 みそ 煮干し	うどん(乾) 油揚げ 15 生しいたけ 8 オクラ 15 のり こいくちしょうゆ 素精糖 昆布・かつおだし 豚肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 じゃが芋 45 糸こんにゃく 15 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 スイカ	米(七分つき) 45 カジキ 50 マーガリン トマト 20 スッキーニ 15 黄ピーマン 8 なたね油 米酢 塩 きゅうり 40 コーン缶 10 かつお節 こいくちしょうゆ かぼちゃ 55 さやいんげん 8 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ 冬瓜 20 えのき 10 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚ミンチ 30 なす 80 人参 10 ピーマン 5 オイスターソース なたね油 きゅうり 40 コーン缶 10 かつお節 こいくちしょうゆ 豆腐 20 きくらげ 1.5 青ねぎ 3 うすくちしょうゆ 塩 中華だし	米(七分つき) 45 鶏肉 40 人参 10 玉ねぎ 20 さやいんげん 8 コーン缶 10 ケチャップ 塩 なたね油 トマト 1/6 じゃが芋 20 キャベツ 15 うすくちしょうゆ コンソメ	米(七分つき) 50 鮭 40 わかめ 2 ゴマ 2 こいくちしょうゆ なたね油 ひじき 2 万願寺 20 ちりめんじゃこ 3 こいくちしょうゆ ゴマ油 かぼちゃ 20 わかめ 2 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 鶏肉 30 玉ねぎ 20 かぼちゃ 60 こいくちしょうゆ 素精糖 なたね油 刻み昆布(生) トマト 25 きゅうり 15 なたね油 米酢 塩 もやし 15 油揚げ 5 みそ 煮細だし	焼きそば麺 90 豚肉 30 人参 10 キャベツ 30 もやし 20 なたね油 ソース 塩 かつお節 青のり じゃが芋 20 なす 15 厚揚げ 20 えのき 10 みそ 煮干し 7月 パイナップル 8月 ぶどう	米(七分つき) 45 さんま 50 または 鯖 オクラ 25 なす 25 ゴマ こいくちしょうゆ 素精糖 トマト 1/6 オクラ 15 わかめ うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	米(七分つき) 45 豚肉 30 スッキーニ 35 人参 10 塩昆布 なたね油 じゃが芋 50 マーガリン 塩 オクラ 15 わかめ うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	食パン 35 マーガリン マカロニ 10 きゅうり 15 人参 10 ツナ缶 10 卵 15 塩 マヨネーズ 鶏肉 25 とうがん 30 カレー粉 うすくちしょうゆ コンソメ
わらびもち 牛乳・煮干	大学かぼちゃ 牛乳・こんぶ	和風おやき みかんジュース・煮干	枝豆 せんべい 牛乳・スルメ	ゴマクッキー 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	トマトゼリー 乾パン 牛乳・こんぶ	粉チーズ カレーラスク りんごジュース・煮干	梅干し おにぎり 牛乳・スルメ	ポイルコーン ビスケット 牛乳・煮干	レーズン入り かぼちゃのスイート 牛乳・煮干	枝豆 せんべい 牛乳
わらび粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	かぼちゃ 素精糖 黒ゴマ 牛乳・こんぶ	米(七分つき) ちりめんじゃこ 青しそ こいくちしょうゆ なたね油 みかんジュース・煮干	枝豆 せんべい 牛乳・スルメ	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 牛乳	トマト 寒天 りんごジュース 乾パン 牛乳・こんぶ	食パン カレー粉 マヨネーズ 粉チーズ りんごジュース・煮干	米(七分つき) 梅干し 牛乳・スルメ	とうもろこし ビスケット 牛乳・煮干	かぼちゃ マーガリン 素精糖 レーズン 牛乳・煮干	枝豆 せんべい 牛乳

8/13 焼きめし・トマト・みそ汁(米・合びきミンチ・人参・玉ねぎ・ピーマン・じゃが芋・わかめ) おやつ: 蒸しパン・りんごジュース(小麦粉・素精糖・りんごジュース)



