



2019年12月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

月 2・16	火 3・17	水 4・18	木 5・19	金 6・20	土 7	月 9・23	火 10・24	水・木 11・26	金 13・27	土 14・28	水 25
豚肉と れんこんの カレーライス フルーツ サラダ	ごはん 鶏肉と フロッコリーの 吉野煮 大根しゃき しゃき和え みそ汁	ごはん 魚の幽庵焼き キャベツと きくらげの ナムル 人参煮 みそ汁	芋ご飯 手羽入り おでん すまし汁	ごはん 豚肉と小松菜 の中華炒め 里芋と人参の 土佐煮 みそ汁	味噌煮込み うどん さつま芋と 油揚げ	三色丼 みそ汁	ごはん いわしの 唐揚げ 青菜の いそ和え 大根煮 みそ汁	豚肉と 冬野菜の うどん じゃこじゃが サラダ フルーツ	ごはん 五目きんぴら 青菜と 油揚げ煮 みそ汁	トースト 鶏肉の カレースープ	青菜ご飯 鶏の 唐揚げ フロッコリー さつま芋煮 みそ汁
米(七分つき) 50 豚肉 30 人参 15 玉ねぎ 30 れんこん 30 しめじ 10 しょうが 2 小麦粉 マーガリン カレー粉 ケチャップ ソース こいくちしょうゆ 塩 素精糖 コンソメ 柿 20 りんご 15 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 鶏肉 30 フロッコリー 35 しめじ 10 うすくちしょうゆ 塩 みりん 片栗粉 かつおだし 大根 55 ちりめんじゃこ 3 ゴマ 2 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ	米(七分つき) 45 さわら 50 ゆず こいくちしょうゆ みりん 酒 キャベツ 40 きくらげ 2 ゴマ 2 ゴマ油 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 大根 20 えのき 10 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 さつま芋 25 塩 昆布だし 鶏手羽 1本 大根 60 人参 20 厚揚げ 30 こんにゃく 30 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 素精糖 みりん 昆布だし 青菜 15 とろろこんぶ 2 焼きふ 2 うすくちしょうゆ 塩 かつおだし	米(七分つき) 45 豚肉 30 小松菜 40 きくらげ 2 こいくちしょうゆ 塩 中華だし なたね油 里芋 30 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 かつお節 かつおだし キャベツ 15 わかめ 2 みそ 煮干し	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 2 青ねぎ 3 みそ かつおだし さつま芋 40 油揚げ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし	米(七分つき) 50 合びきミンチ 30 こいくちしょうゆ 素精糖 卵 30 塩 ほうれん草 30 かつお節 こいくちしょうゆ 豆腐 20 白菜 15 青ねぎ 3 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 いわし 50 片栗粉 塩 なたね油 青菜 50 のり こいくちしょうゆ 大根 40 うすくちしょうゆ 昆布・かつおだし じゃが芋 20 玉ねぎ 15 みそ 煮干し	うどん 150 豚肉 30 人参 10 白菜 30 生しいたけ 8 春菊 20 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおだし じゃが芋 50 ちりめんじゃこ 5 パセリ 3 ゴマ 2 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ りんご 1/6	米(七分つき) 45 食パン マーガリン 牛肉 30 ごぼう 15 れんこん 15 人参 10 糸こんにゃく 20 こいくちしょうゆ 素精糖 ゴマ 2 なたね油 小松菜 50 油揚げ 5 うすくちしょうゆ かつおだし 大根 20 わかめ 2 煮干し みそ	米(七分つき) 45 青菜 20 塩 鶏肉 50 片栗粉 塩 なたね油 フロッコリー さつま芋 こいくちしょうゆ 素精糖 もやし 15 油揚げ 5 人参 8 みそ 煮干し	
レーズン入り スイートポテト 牛乳・煮干	豚肉と白菜 のちぢみ 牛乳・スルメ	きな粉パン 牛乳・こんぶ	黒砂糖だんご リンゴジュース・煮干	ゴマクッキー 牛乳・スルメ	ビスケット せんべい 牛乳	焼き芋 フルーツ 牛乳・煮干	ジャム ロールパン 牛乳・こんぶ	ひじきご飯 おにぎり みかんジュース・煮干	さつま芋 スティック 牛乳・煮干	干し芋 せんべい 牛乳	デコレーション ケーキ 牛乳・煮干
さつま芋 マーガリン 素精糖 レーズン 牛乳・煮干	小麦粉 豚肉 白菜・人参 卵 こいくちしょうゆ 米酢・なたね油 牛乳・スルメ	食パン きな粉 素精糖 マーガリン 牛乳・こんぶ	白玉粉 マスコバト糖 リンゴジュース・煮干	小麦粉 マーガリン 素精糖 ゴマ 牛乳・スルメ	ビスケット せんべい 牛乳	さつま芋 りんご 牛乳・煮干	ロールパン リンゴジャム 牛乳・こんぶ	米(七分つき) ひじき 人参 油揚げ うすくちしょうゆ・塩 昆布だし みかんジュース・煮干	さつま芋 なたね油 牛乳・煮干	干し芋 せんべい 牛乳	小麦粉 マーガリン 卵 素精糖 生クリーム みかん缶・りんご 牛乳・煮干

12日 お弁当の日(ポテト以上) レモン以下 豚カレー丼・みそ汁(米・豚肉・人参・玉ねぎ・油揚げ・青ねぎ・キャベツ・焼きふ) おやつ:さつま芋入り蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・さつま芋)・牛乳

21日 クリスマス礼拝 23日 クリスマスクッキー持ち帰りです。

25日 幼児のみ クリスマス特別メニュー クリスマスツリーのご飯です。

