



2020年5月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

土 2・16・30	金・月 1・18	火 19	水 20	木 7・21	金 8・22	土 9・23	月 11・25	火 12・26	水 13・27	木 14・28	金 15・29
味噌煮込み うどん じゃが芋と 油揚げ煮	アスパラ チャーハン じゃが芋の おかかサラダ 豆腐の 中華スープ	ごはん さわらの 味噌漬け 青菜の 磯和え たけのこ煮 みそ汁	ごはん 肉じゃが アスパラの マヨ和え みそ汁	五目うどん かぼちゃの とほろ煮 フルーツ	ごはん 豚肉とニラの 炒め物 玉ねぎの リングフライ みそ汁	パン 手羽の オーブン焼き じゃが芋バター トマト しめじと 青菜のスープ	カレーライス フルーツ サラダ	ごはん じゃが芋の ケチャップ炒め キャベツと わかめの じゃこゴマ和え みそ汁	ごはん 魚の天ぷら アスパラと 玉ねぎの サラダ 人参煮 みそ汁	たけのこご飯 豆腐と キャベツ炒め かぼちゃの バター焼き にらの すまし汁	ごはん ふき入り鶏肉と 切干大根煮 スナッフエン ドウとツナの 和風和え みそ汁
うどん 150 鶏ミンチ 30 人参 10 玉ねぎ 20 干し椎茸 2 もやし 15 わかめ 2 青ねぎ 5 みそ 煮干し じゃが芋 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) 45 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 かつお節 なたね油 米酢 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 中華だし	米(七分つき) 45 さわら 50 みそ 青菜 50 のり こいくちしょうゆ たけのこ 20 うすくちしょうゆ 素精糖 昆布・かつおだし じゃが芋 20 玉ねぎ 15 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 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 アスパラ 40 マヨネーズ 5 塩 たけのこ 15 わかめ 2 みそ 煮干し	うどん 150 鶏肉 30 油揚げ 5 人参 10 えのきだけ 10 生しいたけ 8 青菜 15 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおだし かぼちゃ 60 合びきミンチ 20 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし パイナップル	米(七分つき) 45 豚肉 30 ニラ 25 人参 10 もやし 25 塩 なたね油 玉ねぎ 35 塩 小麦粉 パン粉 なたね油 キャベツ 15 えのき 10 みそ 煮干し	ロールパン 手羽元 2本 塩 じゃが芋 50 マーガリン トマト 1/6 青菜 10 しめじ 10 うすくちしょうゆ コンソメ 塩 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) 50 牛肉 30 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 ケチャップ ソース こいくちしょうゆ 素精糖 塩 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 鶏肉 30 じゃが芋 50 人参 10 えんどう豆 8 ケチャップ なたね油 キャベツ 40 わかめ 2 ちりめんじゃこ 2 ゴマ 2 こいくちしょうゆ もやし 15 油揚げ 5 みそ 5	米(七分つき) 45 魚 50 小麦粉 塩 なたね油 アスパラ 20 玉ねぎ 20 トマト 20 なたね油 米酢 塩 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし かぼちゃ 20 えのき 10 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 たけのこ 10 人参 3 油揚げ 3 さやえんどう 5 うすくちしょうゆ みりん・塩 昆布だし 豚肉 30 豆腐 40 キャベツ 40 ピーマン 10 かつお節 こいくちしょうゆ なたね油 かぼちゃ 60 マーガリン 鶏肉 15 にら 5 生しいたけ 8 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	米(七分つき) 45 鶏肉 30 ふき 20 人参 10 切干大根 5 油揚げ 5 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 2 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ キャベツ 15 焼きふ 2 みそ 煮干し
ビスケット せんべい 牛乳・煮干	きな粉団子 牛乳・煮干	かぼちゃの スコーン 牛乳・こんぶ	生クリーム ロールパン 牛乳・煮干	じゃこと 豆ご飯おにぎり みかんジュース・煮干	チョコレート クッキー 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい 牛乳	わらびもち 牛乳・煮干	タケノコの ちぢみ 牛乳・こんぶ	ジャムトースト 牛乳・煮干	ポンデケーキ りんごジュース・煮干	大学かぼちゃ 牛乳・煮干
ビスケット せんべい 牛乳・煮干	白玉粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	小麦粉 マーガリン 素精糖 塩 かぼちゃ 牛乳・こんぶ	ロールパン 生クリーム 素精糖 牛乳・煮干	米(七分つき) えんどう豆 ちりめんじゃこ 塩 昆布だし (7日のみ) みかんジュース・煮干	小麦粉 ココア マーガリン 素精糖 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい 牛乳	わらび粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	小麦粉 豚肉 たけのこ 青ねぎ 卵 しょうゆ・米酢 牛乳・こんぶ	食パン リンゴジャム 牛乳・煮干	小麦粉 片栗粉 じゃが芋 粉チーズ 塩 牛乳 りんごジュース・煮干	かぼちゃ 素精糖 ゴマ 牛乳・煮干

