



2020年6月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

| 月 1・15・29 | 火 2・16・30 | 水 3・17 | 木 4・18 | 金 5・19 | 土 6・20 | 月 8・22 | 火 9・23 | 水 10・24 | 木 11・25 | 金 12・26 | 土 13・27 |
|---|--|--|---|---|--|--|--|--|---|---|---|
| 鮭寿司 かぼちゃの 天ぷら すまし汁 | ごはん じゃが芋の カレーとほろ煮 なすとじゃこの おかか和え みそ汁 | ごはん 煮魚 夏野菜煮 みそ汁 | 鶏肉と キャベツの 煮込みうどん 厚揚げと じゃが芋煮 フルーツ | ごはん かぼちゃ バーグ 刻み昆布 サラダ みそ汁 | 鶏ミンチの 和風丼 みそ汁 | ハヤシライス トマト サラダ | ごはん 豚肉となすの 甘辛炒め かぼちゃの バター焼き みそ汁 | ごはん アジフライ 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁 | あじさいご飯 蒸し鶏と キャベツの 和え物 じゃが芋とツナ の海苔サラダ みそ汁 | ごはん 高野豆腐の 中華風煮 きゅうりの 甘酢漬け みそ汁 | 鶏ミンチの 煮込みうどん かぼちゃの 含め煮 |
| 米(七分つき) 50 米酢 塩 素精糖 昆布だし 鮭 30 みつば 5 ゴマ 2 刻みのり かぼちゃ 60 小麦粉 なたね油 塩 鶏肉 15 わかめ 2 青ねぎ 3 うすくちしょうゆ 塩 かつおだし | 米(七分つき) 45 合びきミンチ 30 じゃが芋 50 玉ねぎ 20 えんどう豆 8 カレー粉 こいくちしょうゆ なす 30 人参 10 フロッコリースラウト10 ちいめんじゃこ 2 かつお節 1 こいくちしょうゆ もやし 15 油揚げ 5 みそ 煮干し | 米(七分つき) 45 鯖 50 しょうが こいくちしょうゆ 素精糖 かぼちゃ 40 なす 30 オクラ 10 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし キャベツ 15 えのき 10 みそ 煮干し | うどん 150 鶏肉 30 人参 10 キャベツ 20 生しいたけ 8 しめじ 10 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 40 厚揚げ 20 人参 10 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 かぼちゃ 30 合びきミンチ 40 玉ねぎ 20 パン粉 塩 刻み昆布 2 きゅうり 15 トマト 25 なたね油 米酢 塩 じゃが芋 20 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 さやいんげん 10 たけのこ 10 こいくちしょうゆ 素精糖 かぼちゃ 20 油揚げ 5 みそ 煮干し | 米(七分つき) 50 牛肉 30 人参 10 玉ねぎ 50 じゃが芋 25 さやいんげん 8 小麦粉 マーガリン ケチャップ ソース コンソメ ワイン 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 豚肉 30 なす 70 ピーマン 5 こいくちしょうゆ 素精糖 なたね油 かぼちゃ 60 マーガリン 玉ねぎ 15 オクラ 10 みそ 煮干しだし | 米(七分つき) 45 アジ 50 小麦粉 パン粉 塩 青菜 50 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 わかめ 2 みそ 煮干し | 米(七分つき) 45 ちいめんじゃこ 青しそ 梅干し 鶏肉 30 キャベツ 40 しょうが 塩 こいくちしょうゆ じゃが芋 30 人参 10 アスパラ 10 ツナ缶 10 のり 1 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ 豆腐 20 油揚げ 5 青ねぎ 3 みそ 煮干し | 米(七分つき) 45 豚肉 30 高野豆腐 10 人参 10 たけのこ 10 干し椎茸 1 さやえんどう 5 こいくちしょうゆ ゴマ油 きゅうり 40 こいくちしょうゆ 米酢 素精糖 じゃが芋 20 えのき 10 みそ 煮干し | うどん 150 鶏ミンチ 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 かぼちゃ 60 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし |
| 甘だれ団子 牛乳・こんぶ | かぼちゃボール 牛乳・煮干 | チーズラスク 牛乳・こんぶ | じゃこおかか おにぎり みかんジュース・煮干 | きな粉クッキー 牛乳・煮干 | ビスケット せんべい 牛乳 | わらびもち 牛乳・煮干 | ツナマヨ ロールパン 牛乳・煮干 | じゃが芋 パンケーキ 牛乳・こんぶ | レーズン入り スコーン リンゴジュース・煮干 | かぼちゃの スイートポテト 牛乳・こんぶ | せんべい ビスケット 牛乳 |
| 白玉粉 こいくちしょうゆ 素精糖 牛乳・こんぶ | 小麦粉 かぼちゃ 素精糖 なたね油 牛乳・煮干 | 食パン マーガリン 粉チーズ 牛乳・こんぶ | 米(七分つき) ちいめんじゃこ かつお節 こいくちしょうゆ みかんジュース・煮干 | 小麦粉 きな粉 マーガリン 素精糖 牛乳・煮干 | 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 | ロールパン ツナ缶 マヨネーズ マーガリン 牛乳・煮干 | じゃが芋 小麦粉 マーガリン 素精糖 牛乳 なたね油 牛乳・こんぶ | 小麦粉 マーガリン 卵 牛乳 塩 素精糖 リンゴジュース・煮干 | かぼちゃ マーガリン 素精糖 牛乳・こんぶ | せんべい ビスケット 牛乳 |

