2020年11月こんだて予定表

北白川いずみ保育園

月 2・16	水 4・18	木・火 5・17	金 6・20	土 7・21	月 9・30	火 10・24	水 11・25	木 12・26	金 13・27	土 14・28
しめじご飯 さつま汁 フルーツ	ごはん 豚肉とれんこん みそマヨ炒め 里芋の 唐揚げ みそ汁	ごはん カジキの きのこあんかけ 刻み昆布と 大根サラダ すまし汁	芋ご飯 手羽入り おでん みそ汁	 五目うどん じゃが芋と 切り干し煮	きのこ カレーライス フルーツ サラダ	ごはん 高野豆腐の そぼろ煮 ブロッコリーと ツナの ゴマ酢和え みそ汁	ごはん 焼き魚 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	味噌ラーメン さつま芋と いんげんの サラダ フルーツ	ごはん きのこの ハンバーグ カブの ナムル風 みそ汁	 ロールパン 鶏肉の トマトスープ
米(七分つき) 50 しめじ 10 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布だし 豚肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 生しいたけ 8 油揚げ 5 豆腐 20 こんにゃく 15 白菜 30 さつま芋 30 青ねぎ 3 みそ 煮干だし みかん 1/2	米(七分つき) 45 豚肉 30 れんこん 30 人参 10 青しそ 2 みそ マヨネーズ こいくちしょうゆ なたね油 里芋 50 片栗粉 2 塩 なたね油 もやし 15 わかめ みそ 煮干だし	米(七分つき) 45 カジキ 50 塩 しめじ 8 生しいたけ 8 えのき 8 青ねぎ 3 こいくちしょうゆ かつおだし 片栗粉 刻み昆布 2 大根 30 人参 10 なたね油 米酢 塩 豆腐 20 青菜 15 とろろ昆布 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	米(七分つき) 45 さつま芋 25 塩 昆布だし 手羽先 2つ 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 みりん 塩 昆布・かつおだし キャベツ 15 焼きふ みそ 煮干だし	うどん 150 鶏肉 30 人参 10 油揚げ 5 生しいたけ 8 青菜 15 えのき 10 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおだし じゃが芋 30 切干大根 3 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし	米(七分つき) 50 牛肉 30 人参 15 玉ねぎ 30 生しいたけ 10 エリンギ 15 しめじ 10 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 リンゴ 15 柿 20 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 鶏ミンチ 30 高野豆腐 8 人参 10 干し椎茸 1.5 さやいんげん 8 こいくちしょうゆ 素精糖 片栗粉 昆布だし ブロッコリー 30 ツナ缶 10 ゴマ 2 米酢 こいくちしょうゆ 素精糖 大根 20 わかめ 2 みそ 煮干だし	米(七分つき) 45 さんま 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 昆布だし じゃが芋 20 玉ねぎ 15 みそ 煮干だし	中華麺 90 豚肉 30 もやし 30 きくらげ 2 青ねぎ 5 なたね油 みそ 中華だし さつま芋 50 さやいんげん 8 マヨネーズ リンゴ 1/6	米(七分つき) 45 豚ミンチ 40 人参 10 玉ねぎ 20 しめじ 10 生しいたけ 10 えのき 10 パン粉 塩 こいくちしょうゆ カブ 40 カブの葉 10 ゴマ油 こいくちしょうゆ 素精糖 ゴマ 白菜 15 油揚げ 5 みそ 煮干だし	ロールパン 鶏肉 40 人参 15 玉ねぎ 20 じゃが芋 50 しめじ 10 ブロッコリー 20 トマト缶 20 コンソメ 塩
サーター アンダーギー 牛乳・煮干	ラスク 牛乳・煮干	さつま芋の チーズ焼き 牛乳・こんぶ	ゴマクッキー みかんジュース・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	レモン カップケーキ 牛乳・煮干	焼き芋 フルーツ 牛乳・煮干	黒砂糖パン 牛乳・こんぶ	人参おにぎり リンゴジュース・煮干	きな粉団子 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳
小麦粉 卵 素精糖 なたね油 牛乳・煮干	食パン マーガリン 素精糖 牛乳・煮干	さつま芋 スライスチーズ 牛乳・こんぶ	小麦粉 マーガリン 素精糖 ゴマ みかんジュース・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	小麦粉 マーガリン 素精糖 レモン 卵 牛乳 牛乳・煮干	さつま芋 りんご 牛乳・煮干	強力粉 薄力粉 マーガリン マスコバト糖 塩 ドライイースト 牛乳・こんぶ	米(七分つき) 人参 ちりめんじゃこ ゴマ 塩 昆布だし リンゴジュース・煮干	白玉粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳

19日 お弁当の日(レモン以上) カブラ・トマト:カレーうどん・じゃが芋と人参煮(うどん・牛肉・人参・玉ねぎ・油揚げ・青ねぎ じゃが芋・人参)　　おやつ:蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・牛乳)