2020年10月　こんだて予定表

北白川いずみ保育園

木・金 1・16	金 2・30	土 3・24	月 5・19	火 6・20	水 7・21	木 8・29	金 9・23	土 17・31	月 12・26	火 13・27	水 14・28
ごはん 豚肉と 里芋の照り煮 青菜とえのき のおかか和え みそ汁	ごはん 鶏肉ときのこ のマヨ炒め 大根とツナの 和え物 みそ汁	ロールパン クリーム シチュー	ひじきの 混ぜご飯 かぼちゃの 和風サラダ きのこと青菜 のすまし汁	ごはん きびなごの 唐揚げ オクラと 山芋の梅和え ブロッコリー みそ汁	ごはん 豚肉と厚揚げ の炒め物 里芋の土佐煮 みそ汁	ごはん 手羽元と 大根煮 ほうれん草と もやし炒め みそ汁	ごはん 豚ミンチの きんぴら さつま芋の 天ぷら すまし汁	スパゲティー イタリアン じゃが芋と キャベツの スープ	カレーライス フルーツ サラダ	ごはん 焼き魚 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	鶏肉と きのこうどん じゃこじゃが サラダ フルーツ
米(七分つき)　45 豚肉　30 里芋　50 人参　15 さやいんげん　8 こいくちしょうゆ 素精糖 青菜　50 えのきだけ　10 かつお節 こいくちしょうゆ もやし　15 油揚げ　5 みそ 煮干だし	米(七分つき)　45 鶏肉　30 エリンギ　20 しめじ　15 えのき　15 青菜　20 マヨネーズ 塩 なたね油 大根　50 ツナ缶　10 パセリ　1 こいくちしょうゆ じゃが芋　20 玉ねぎ　15 みそ 煮干だし	ロールパン 鶏肉　30 人参　15 玉ねぎ　30 じゃが芋　50 しめじ　10 ブロッコリー　20 小麦粉 マーガリン 牛乳 コンソメ 塩	米(七分つき)　45 鶏ミンチ　30 ひじき　3 人参　5 こんにゃく　10 しょうゆ みりん のり かぼちゃ　50 さやいんげん　8 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ 青菜　15 しめじ　10 えのき　10 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	米(七分つき)　45 きびなご　50 片栗粉 塩 なたね油 オクラ　15 山芋　35 梅干し ブロッコリー　20 大根　20 わかめ　2 みそ 煮干だし	米(七分つき)　45 豚肉　30 厚揚げ　30 もやし　30 しめじ　10 青ねぎ　3 オイスターソース なたね油 里芋　35 人参　15 こいくちしょうゆ 素精糖 かつお節 昆布だし キャベツ　15 焼きふ みそ 煮干だし	米(七分つき)　45 手羽元　2本 大根　50 人参　20 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし ほうれん草　30 もやし　30 なたね油 塩 かぼちゃ　20 油揚げ　5 みそ 煮干だし	米(七分つき)　45 豚ミンチ　30 ごぼう　15 人参　10 こんにゃく　15 さやいんげん　8 こいくちしょうゆ 素精糖 さつま芋　35 小麦粉 なたね油 豆腐　20 とろろ昆布　1 青ねぎ　3 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	スパゲティー　50 ベーコン　20 人参　10 玉ねぎ　20 ピーマン　8 マッシュルーム　10 ケチャップ なたね油 塩 粉チーズ じゃが芋　20 キャベツ　15 うすくちしょうゆ コンソメ 塩	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 こいくちしょうゆ ソース 塩 素精糖 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 さんま　または ホッケ 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 さつま芋　20 えのきだけ　10 みそ 煮干だし	うどん　150 鶏肉　30 人参　10 生しいたけ　10 しめじ　10 えのきだけ　10 油揚げ　5 小松菜　15 うすくちしょうゆ みりん 昆布・かつおだし じゃが芋　50 ちりめんじゃこ　5 パセリ　2 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ ゴマ リンゴ　1/6
黒砂糖団子 **牛乳・煮干**	**ジャム ロールパン** **牛乳・煮干**	**ビスケット せんべい リンゴジュース**	**焼き芋 リンゴ** **牛乳・煮干**	**かぼちゃの パンケーキ** **牛乳・こんぶ**	**おじゃこ トースト** **みかんジュース・煮干**	**芋いもケーキ （8日のみ）** **牛乳・煮干**	**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**	**チーズ入り パリッとかぼちゃ** **牛乳・こんぶ**	**うずまき おにぎり** **リンゴジュース・煮干**
白玉粉 マスコバト糖 牛乳・煮干	ロールパン リンゴジャム 牛乳・煮干	ビスケット せんべい リンゴジュース	さつま芋 リンゴ 牛乳・煮干	かぼちゃ 小麦粉 牛乳 マーガリン 素精糖 牛乳・こんぶ	食パン ちりめんじゃこ 青のり マヨネーズ みかんジュース・煮干	さつま芋 マーガリン 素精糖 生クリーム 牛乳・煮干	小麦粉 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 素精糖 きな粉 牛乳・煮干	かぼちゃ プロセスチーズ 素精糖 春巻きの皮 なたね油 牛乳・煮干	米 塩昆布 梅干し のり リンゴジュース・煮干

10日　運動会です。9日おやつ　メキャベツさん・キャベツさんは運動会がんばろうクッキーです。どんなクッキーが出来るかお楽しみに！

15日　お弁当の日(レモン以上）　カブラ・トマト　焼きめし・さつま芋のサラダ・春雨のスープ(米・合びきミンチ・人参・玉ねぎ・ピーマン・さつま芋・さやいんげん・春雨・わかめ）　おやつ：蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・牛乳）

23日　キャベツさん比叡山登山　22日ごはん・アジフライ・ポテトサラダ・ブロッコリー・みそ汁(米・あじ・じゃが芋・人参・きゅうり・ツナ缶・卵・マヨネーズ・ブロッコリー・大根・えのき）　キャベツさんは大皿盛りの特別メニューになります。

22日おやつ：芋芋ケーキ・牛乳(さつま芋・マーガリン・素精糖・生クリーム・牛乳）

29日　ハロウィンです。おやつはハロウィンのおやつになります。ただいま考え中です！