



2021年4月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

木・金 1・30	金 2・16	土 3・17	月 5・19	火 6・20	水 7・21	木 8・22	金 9・23	土 10・24	月 12・26	火 13・27	水 14・28
ごはん 炒り豆腐 ふきと じゃこ煮 みそ汁	ごはん 豚肉とニラの 炒め物 じゃが芋と 人参ソテー みそ汁	焼きそば みそ汁	チキンライス キャベツと わかめのサラダ 青菜入り豆腐 の中華スープ	ごはん キャベツたっぷり ハンバーグ 刻み昆布と アスパラサラダ みそ汁	ごはん タラの天ぷら 青菜の磯和え フロッコリー みそ汁	ミンチと キャベツの 煮込みうどん じゃが芋と ツナのサラダ フルーツ	ごはん 肉じゃが スナッフ エンドウの 和風ドレ和え みそ汁	パン 鶏肉の トマトスープ	カレーライス フルーツ サラダ	ごはん 豚肉と じゃが芋の みそ炒め ひじき煮 みそ汁	たけのこご飯 焼き魚 ニラとキャベツ のゴマ和え 人参煮 すまし汁
米(七分つき) 45 鶏肉 30 豆腐 40 人参 10 干し椎茸 1.5 こんにゃく 8 卵 20 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 塩 ゴマ油 ふき 35 たけのこ 10 ちりめんじゃこ 3 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布・かつおだし じゃが芋 20 えのき 10 みそ 煮干だし	米(七分つき) 45 豚肉 30 ニラ 25 人参 10 もやし 25 塩 なたね油 じゃが芋 40 人参 15 バター 絹さや 10 焼きふ みそ 煮干だし	中華麺 90 豚肉 30 キャベツ 30 人参 10 もやし 20 塩 ソース なたね油 かつお節 青のり 玉ねぎ 15 油揚げ 5 みそ 煮干だし	米(七分つき) 50 鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 コーン缶 10 さやいんげん 8 なたね油 塩 ケチャップ キャベツ 40 わかめ 2 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ 塩 豆腐 20 きくらげ 1.5 青菜 15 中華だし うすくちしょうゆ 塩	米(七分つき) 45 合びきミンチ 40 キャベツ 40 玉ねぎ 20 パン粉 塩 刻み昆布 2 アスパラ 15 人参 15 なたね油 米酢 塩 もやし 15 油揚げ 5 みそ 煮干だし	米(七分つき) 45 タラ 50 小麦粉 塩 なたね油 青菜 60 のり こいくちしょうゆ フロッコリー 20 じゃが芋 20 えのき 10 みそ 煮干だし	うどん 150 合びきミンチ 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 じゃが芋 35 ツナ缶 15 さやいんげん 8 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 牛肉 30 人参 15 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 スナッフエンドウ 30 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ キャベツ 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 30 じゃが芋 50 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 素精糖 塩 コンソメ いちご 20 りんご 20 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 50 牛肉 40 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 40 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 素精糖 塩 コンソメ いちご 20 りんご 20 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 豚肉 30 じゃが芋 50 玉ねぎ 20 青ねぎ 5 みそ なたね油 ひじき 3 人参 10 油揚げ 5 こんにゃく 10 こいくちしょうゆ 素精糖 たけのこ 15 わかめ 2 みそ 煮干だし 青菜 15 焼きふ えのき 10 うすくちしょうゆ・塩 かつおだし	米(七分つき) 45 たけのこ 10 油揚げ 3 人参 3 さやえんどう 5 うすくちしょうゆ 塩 ホッケまたはさば 50 ニラ 30 キャベツ 30 ゴマ 2 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 青菜 15 焼きふ えのき 10 うすくちしょうゆ・塩 かつおだし
ゴマだれ だんご みかんジュース・煮干	クッキー 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	黒砂糖カッパ ホットケーキ 牛乳・こんぶ	レーズン入りじゃが 芋のスイートポテト 牛乳・煮干	たけのこの ちぢみ 牛乳・こんぶ	じゃこ豆ご飯 のおにぎり りんごジュース・煮干	バターラスク 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	わらびもち 牛乳・煮干	ジャム ロールパン 牛乳・煮干	じゃが芋 パンケーキ 牛乳・こんぶ
白玉粉 ゴマ こいくちしょうゆ 素精糖 みかんジュース・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	小麦粉 マスコバト糖 卵 マーガリン 牛乳 牛乳・こんぶ	じゃが芋 マーガリン 素精糖 レーズン 牛乳・煮干	小麦粉・豚肉 たけのこ水煮 卵・青ねぎ なたね油 こいくちしょうゆ 米酢 牛乳・こんぶ	米(七分つき) ちりめんじゃこ えんどう豆 ゴマ 塩 りんごジュース・煮干	食パン 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 いちごジャム 牛乳・煮干	じゃが芋 小麦粉 素精糖 牛乳 マーガリン 牛乳・こんぶ

5日 イースター

15日 お弁当の日(ポテト以上) レモン以下: カレーうどん・さつま芋煮(うどん・牛肉・人参・玉ねぎ・油揚げ・青ねぎ・さつま芋) おやつ: 蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・塩・牛乳)

