



2022年9月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

木 1・15	金 2・16	土 3・17	月・水 5・21	火 6・20	水・木 7・29	木 8・22	金 9・30	土 10・24	月 12・26	火 13・27	水 14・28
ごはん 豚肉とオクラ のカレー炒め かぼちゃの ごまじゃこ みそ汁	ごはん きびなごの 唐揚げ 刻み昆布と もやしサラダ トマト みそ汁	チキンライス じゃが芋と キャベツの スープ	夏の ちらし寿司 かぼちゃの 天ぷら すまし汁	ごはん マーボナス きゅうりの 甘酢漬け 中華スープ	ごはん 焼き魚 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	冷麺 かぼちゃと ツナの サラダ フルーツ	ごはん 切り干しの ハンバーグ オクラと 人参の おかか和え みそ汁	パン 豚肉と なすの シチュー	カレーライス フルーツ サラダ	ごはん 豚肉と 万願寺の きんぴら トマトの 梅ドレ和え みそ汁	ねぼねぼ 冷やしうどん 鶏じゃが フルーツ
米(七分つき) 50 豚肉 30 オクラ 50 カレー粉 こいくちしょうゆ 塩 なたね油 かぼちゃ 60 ちりめんじゃこ 3 ゴマ こいくちしょうゆ なす 20 油揚げ 5 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 きびなご 50 片栗粉 塩 なたね油 刻み昆布 5 もやし 25 人参 10 なたね油 米酢 塩 トマト 1/6 かぼちゃ 20 焼きひ みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 コーン缶 8 ピーマン 5 ケチャップ なたね油 じゃが芋 20 キャベツ 15 うすくちしょうゆ コンソメ	米(七分つき) 50 米酢 素精糖 塩 ちりめんじゃこ 5 人参 10 干し椎茸 2 高野豆腐 3 こいくちしょうゆ 素精糖 きゅうり 15 青しそ 0.5 卵 20 なたね油 のり かぼちゃ 60 小麦粉 塩 なたね油 鶏肉 15 わかめ 2 オクラ 10 うすくちしょうゆ みりん	米(七分つき) 50 豚ミンチ 30 なす 70 人参 10 ピーマン 5 オイスターソース なたね油 きゅうり 40 米酢 こいくちしょうゆ 素精糖 もやし 15 人参 5 きくらげ 1.5 うすくちしょうゆ 中華だし	米(七分つき) 50 さんま または さば 50 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 煮干しだし	中華麺 90 焼き豚 30 きゅうり 15 わかめ 2 卵 20 塩 素精糖 トマト 1/8 米酢 素精糖 ゴマ油 中華だし かぼちゃ 50 さやいんげん 8 ツナ缶 10 マヨネーズ 梨 1/6	米(七分つき) 50 合びきミンチ 40 玉ねぎ 30 切り干し大根 5 パン粉 こいくちしょうゆ 塩 オクラ 30 人参 15 かつお節 こいくちしょうゆ キャベツ 15 油揚げ 5 みそ 煮干しだし	パン 豚肉 40 人参 15 なす 30 じゃが芋 50 しめじ 10 フロッキー 20 コンソメ 塩 きゅうり 15 りんご 15 柿 20 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 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 フイヨン さつまいも 20 わかめ 2 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 豚肉 30 万願寺 30 人参 10 こんにゃく 15 こいくちしょうゆ 素精糖 なたね油 トマト 35 オクラ 15 梅干し なたね油 米酢 鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 じゃが芋 50 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし りんご 1/6	うどん(乾) 50 納豆 20 オクラ 15 わかめ 2 のり こいくちしょうゆ みりん 素精糖 昆布・かつおだし 鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 じゃが芋 50 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし りんご 1/6
ジャムフランス	クッキー	ビスケット	スイートポテト	かぼちゃの パンケーキ	チーズトースト	渦巻き おにぎり	米粉もち (30日のみ)	クッキー せんべい	抹茶 わらびもち	大学 かぼちゃ	ひじきご飯の おにぎり
リンゴジュース・煮干	牛乳・こんぶ	牛乳	牛乳・煮干	牛乳・スルメ	みかんジュース・煮干	牛乳・煮干	牛乳・こんぶ	牛乳	牛乳・煮干	牛乳・こんぶ	牛乳・スルメ
フランスパン いちごジャム	小麦粉 マーガリン 素精糖	ビスケット せんべい	さつまいも マーガリン 素精糖	かぼちゃ 小麦粉 マーガリン 素精糖	食パン マーガリン 粉チーズ	米(七分つき) 梅干し 塩昆布 のり	米粉 白玉粉 小麦粉 きな粉 素精糖	クッキー せんべい	わらび粉 抹茶 きな粉 素精糖 乾パン	かぼちゃ 素精糖 なたね油 黒ゴマ	米(七分つき) ひじき・人参 油揚げ うすくちしょうゆ みりん・塩 昆布だし 牛乳・スルメ
リンゴジュース・煮干	牛乳・こんぶ	牛乳	牛乳・煮干	牛乳・スルメ	みかんジュース・煮干	牛乳・煮干	牛乳・こんぶ	牛乳	牛乳・煮干	牛乳・こんぶ	牛乳・スルメ

9日 お月見パーティー おやつ:三色団子(白玉粉・抹茶・きな粉・素精糖・小豆)・牛乳

28日 乳児運動会リハーサル ごはん・鶏モモ塩焼き・きゅうりときくらげゴマ和え・トマト・みそ汁(米・鶏モモ・もやし・きゅうり・きくらげ・トマト・かぼちゃ・えのき) おやつ:焼き芋・りんご・牛乳(さつまいも・りんご・牛乳)

29日 幼児運動会リハーサル ごはん・焼き魚・青菜の磯和え・人参煮・みそ汁(米・魚・青菜・のり・人参・じゃが芋・玉ねぎ) おやつ:チーズトースト・みかんジュース(食パン・粉チーズ・マーガリン)

