2022年10月 こんだて予定表

北白川いずみ保育園

月 3･24	火 4･18	水 5･19	木 6	金 7･21	土 1･22	火 11･25	水 12･26	木 13	金 14･28	土 15･29	月 17･31
きのこピラフ ブロッコリーと ツナのサラダ 大根と 青菜のスープ	ごはん もやし入り マーボ春雨 じゃが芋と 人参の 和風ソテー みそ汁	ごはん あなごの 天ぷら 青菜の 磯和え 大根煮 みそ汁	五目うどん さつま芋の サラダ フルーツ	ごはん 肉じゃが もやしと わかめの ゴマ和え みそ汁	パン クリーム シチュー	ごはん 鶏肉と長芋の ゴマみそ炒め 青菜の 煮びたし すまし汁	ごはん 焼き魚 キャベツの おかか和え 人参煮 みそ汁	ごはん 豚肉と ごぼうの 肉豆腐 さつま芋の 唐揚げ みそ汁	ごはん つくねと 里芋煮 かぶの ナムル風 みそ汁	鶏肉と きのこの 煮込みうどん さつま芋煮	きのこ カレーライス フルーツ サラダ
米(七分つき) 50 鶏肉 30 生しいたけ 10 しめじ 10 エリンギ 10 コーン缶 8 さやいんげん 8 ブイヨン うすくちしょうゆ ブロッコリー 30 ツナ缶 10 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ 大根 20 青菜 15 うすくちしょうゆ 塩 中華スープ	米(七分つき) 50 豚ミンチ 30 もやし 30 春雨 6 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 塩 中華だし ゴマ油 じゃが芋 40 人参 15 マーガリン こいくちしょうゆ 玉ねぎ 15 油揚げ 5 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 あなご 50 小麦粉 塩 なたね油 青菜 60 のり こいくちしょうゆ 大根 40 うすくちしょうゆ みりん かつpだし かぼちゃ 20 わかめ 2 みそ 煮干しだし	うどん 150 鶏肉 30 油揚げ 5 人参 10 生しいたけ 8 えのき 10 青菜 15 うすくちしょうゆ みりん 塩 こんぶ・かつおだし 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) 50 牛肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 じゃが芋 40 糸こんにゃく 10 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 もやし 40 わかめ 3 ゴマ 2 こいくちしょうゆ 素精糖 さつま芋 20 えのき 10 みそ 煮干しだし	パン 鶏肉 40 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 50 ブロッコリー 20 しめじ 10 小麦粉 マーガリン 牛乳 塩 ブイヨン	米(七分つき) 50 鶏肉 30 長芋 50 人参 10 白ネギ 10 ゴマ みそ なたね油 青菜 50 油揚げ 5 うすくちしょうゆ みりん 昆布・かつおだし 豆腐 20 わかめ 2 青ねぎ 3 うすくちしょうゆ みりん 昆布・かつおだし	米(七分つき) 50 さばまたは さんま 50 塩 キャベツ 50 かつお節 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 大根 20 えのき 10 みそ 煮干だし	米(七分つき) 50 豚肉 30 豆腐 35 ごぼう 20 人参 10 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 さつま芋 40 片栗粉 塩 なたね油 キャベツ 15 焼きふ 2 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 鶏ミンチ 30 里芋 50 人参 20 さやいんげん 8 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 素精糖 昆布だし かぶ 40 かぶの葉 10 ゴマ油 こいくちしょうゆ 素精糖 かぼちゃ 20 油揚げ 5 みそ 煮干しだし	うどん 150 鶏肉 30 生しいたけ 10 しめじ 10 えのき 10 人参 10 白菜 30 青ねぎ 5 うすくちしょうゆ みりん 昆布・かつおだし さつま芋 35 人参 10 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし	米(七分つき) 50 牛肉 40 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 ソース ケチャップ こいくちしょうゆ 素精糖 塩 ブイヨン 柿 20 リンゴ 15 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖
芋芋ケーキ **牛乳・煮干**	**ゴマだれ だんご** **牛乳・スルメ**	**お好み焼き** **牛乳・こんぶ**	**人参おにぎり** **みかんジュース・煮干**	**マーブル クッキー** **牛乳・煮干**	**ビスケット せんべい リンゴジュース**	**黒砂糖サーター アンダーギー** **牛乳・煮干**	**焼き芋 リンゴ** **牛乳・こんぶ**	**あんサンド パン** **りんごジュース・煮干**	**レーズン入り スコーン** **牛乳・スルメ**	**クッキー せんべい** **牛乳**	**わらびもち (17日のみ)** **牛乳・煮干**
さつま芋 マーガリン 素精糖 生クリーム 牛乳・煮干	白玉粉 ごま こいくちしょうゆ 素精糖 牛乳・スルメ	小麦粉 豚肉 キャベツ・青ねぎ 卵 ソース 青のり・かつお節 牛乳・こんぶ	米(七分つき) 人参 ちりめんじゃこ ゴマ 塩 みかんジュース・煮干	小麦粉 マーガリン 素精糖 ココア 牛乳・煮干	ビスケット せんべい リンゴジュース	小麦粉 マスコバト糖 卵 なたね油 牛乳・煮干	さつま芋 リンゴ 牛乳・こんぶ	パン 小豆 素精糖 マーガリン (27日も) りんごジュース・煮干	小麦粉 マーガリン 卵 牛乳 素精糖 塩 牛乳・スルメ	クッキー せんべい 牛乳	わらび粉 きな粉 素精糖 乾パン 牛乳・煮干

8日 幼児運動会 12日 乳児運動会 7日おやつ運動会頑張ろうクッキーです。どんなクッキーかお楽しみに！

20日 お弁当の日(レモンさん以上お弁当をお願いします。) トマト・カブラ:豚カレー丼・みそ汁・フルーツ(米・豚肉・人参・玉ねぎ・油揚げ・青ねぎ・片栗粉・さつま芋・焼きふ・リンゴ) おやつ:リンゴジャム蒸しパン・牛乳(小麦粉・リンゴジャム・牛乳)

28日 比叡山登山 27日 ごはん・鶏のから揚げ・ポテトサラダ・ブロッコリー・みそ汁 (米・鶏肉・じゃが芋・人参・きゅうり・ツナ缶・卵・キャベツ・焼きふ) キャベツさんのみ比叡山登山頑張ろうメニュー

31日 ハロウィン おやつ:黒砂糖ラスクハロウィン風・牛乳(食パン・マスコバト糖・牛乳)