



# 2023年7月8月こんだて予定表



北白川いづみ保育園

土 1・15・29	月 3・31	火 4・18	水 5・19	木 6・20	金 21	土 8・22	月 10・24	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28
8月12・26	28	1・29	2・30	3・17・31	4・18	5・19	7・21	8・22	9・23	10・24	25
パン 鶏肉の トマトスープ	牛ミンチと なすの カレーライス トマトと オクラの サラダ	ごはん 鶏肉と万願寺 の塩こぶ炒め かぼちゃの バター焼き みそ汁	ごはん メカジキの 和風ソテー ピーマンもやし のおかか和え みそ汁	焼きそば 冬瓜と豆腐の すまし汁 フルーツ	ごはん 鶏ももの 塩焼き じゃが芋の コロコロサラダ みそ汁	豚カレー丼 みそ汁	チキンライス マカロニと かぼちゃの サラダ レタスの スープ	ごはん 春雨のゴマ 風味炒め ずいきと 油揚げ煮 みそ汁	ごはん 焼き魚 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	ねばねば 冷やしうどん かぼちゃの そばろ煮 フルーツ	ごはん マーボナス オクラと 厚揚げの じゃこ和え みそ汁
パン 鶏肉 50 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 50 フロッキー 20 しめじ 10 トマト缶 15 コンソメ 塩	米(七分つき) 50 牛ミンチ 40 なす 40 玉ねぎ 30 人参 15 じゃが芋 25 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 トマト 30 オクラ 20 なたね油 米酢 塩	米(七分つき) 50 鶏肉 30 万願寺 40 人参 10 塩昆布 なたね油 かぼちゃ 60 マーガリン じゃが芋 20 玉ねぎ 15 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 メカジキ 50 マーガリン こいくちしょうゆ ピーマン 20 もやし 30 かつお節 こいくちしょうゆ 素精糖 トマト 1/6 なす 20 油揚げ 5 みそ 煮干しだし	焼きそば麺 90 豚肉 30 人参 10 キャベツ 30 もやし 20 ソース なたね油 かつお節 青のり 冬瓜 20 豆腐 20 干し椎茸 1.5 青ねぎ 3 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし パイナップル	米(七分つき) 50 鶏もも肉 50 塩 じゃが芋 35 人参 10 きゅうり 10 ツナ缶 10 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ かぼちゃ 20 えのき 10 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 豚肉 50 人参 10 玉ねぎ 20 油揚げ 5 青ねぎ 5 カレー粉 こいくちしょうゆ みりん かつおだし 片栗粉 じゃが芋 20 わかめ 2 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 鶏肉 40 人参 10 玉ねぎ 20 コーン缶 10 さやいんげん 8 ケチャップ 塩 なたね油 マカロニ 10 かぼちゃ 15 きゅうり 15 マヨネーズ レタス 15 しめじ 10 コンソメ 塩 うすくちしょうゆ	米(七分つき) 50 豚肉 30 春雨 6 人参 10 ピーマン 8 生しいたけ 8 ゴマ ゴマ油 こいくちしょうゆ ずいき 40 油揚げ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 かつおだし かぼちゃ 20 わかめ 2 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 さば 50 塩 青菜 60 のり こいくちしょうゆ みりん 昆布・かつおだし 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし なす 20 えのき 10 みそ 煮干しだし スイカ	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 昆布・かつおだし 鶏ミンチ 30 かぼちゃ 60 こいくちしょうゆ みりん 素精糖 片栗粉 昆布だし じゃが芋 20 焼きふ みそ 煮干しだし	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 オクラ 25 厚揚げ 20 ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ じゃが芋 20 焼きふ みそ 煮干しだし
枝豆 ビスケット 牛乳	わらびもち 乾パン 牛乳・煮干	ポイルコーン ハト麦おこし 牛乳・こんぶ	大学 かぼちゃ リンゴジュース・煮干	梅干し おにぎり 牛乳・煮干	クッキー 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい 牛乳	パイナップルと みかんゼリー 牛乳・煮干	枝豆 ビスケット 牛乳・煮干	ジャムトースト 牛乳・こんぶ	和風お焼き みかんジュース・煮干	かぼちゃの 甘だれ焼き 牛乳・こんぶ
枝豆 ビスケット 牛乳	わらび粉 きな粉 素精糖 乾パン 牛乳・煮干	とうもろこし ハト麦おこし 牛乳・こんぶ	かぼちゃ 素精糖 ゴマ りんごジュース・煮干	米(七分つき) 梅干し のり 牛乳・煮干	小麦粉 マーガリン 素精糖 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい 牛乳	パイナップル みかん缶 寒天 素精糖 乾パン 牛乳・煮干	枝豆 ビスケット 牛乳・煮干	食パン リンゴジャム 牛乳・こんぶ	米(七分つき) ちりめんじゃこ 青しそ こいくちしょうゆ みかんジュース・煮干	かぼちゃ 片栗粉 こいくちしょうゆ 素精糖 牛乳・こんぶ

7/7 セタ 冷やしそうめん・じゃが芋のそばろ煮(そうめん・ハム・きゅうり・オクラ・のり・じゃが芋・合びきミンチ・玉ねぎ) おやつ: フルーツポンチ(幼児は白玉入り)(パイナップル・みかん缶・スイカ・リンゴジュース・寒天・白玉粉)・牛乳

7/21~22 キャベツさんお泊り保育 20日のおやつはキャベツさんのお泊り保育頑張ろうメニューになります。