



2018年 10月



こんだて予定表



北白川いづみ保育園

月 1・22	火 2・16	水 3・17	木 4・18	金・火 5・30	土 20	月 15・29	火 9・23	水 10・24	木・水 11・31	金 12・26	土 27
きのこ カレーライス フルーツ サラダ	ごはん もやし入り マーボ春雨 春菊とえのきの ナムル風 みそ汁	ごはん 豆腐とひじき の炒め煮 さつまいもと 油揚げ煮 すまし汁	黒米の 芋ご飯 アジフライ 切干と青菜の ゴマ和え みそ汁	ごはん 里芋の 肉じゃが風 じゃこ入り 刻み昆布の サラダ みそ汁	ミンチと キャベツの 煮込みうどん 大根と じゃが芋の おかか煮	チキンライス かぼちゃと ツナのサラダ ほうれん草と 大根の 中華スープ	ごはん きのこの 中華炒め さつまいもの 天ぷら みそ汁	ごはん 焼魚 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	鶏肉ときのこと のうどん 高野と じゃが芋煮 フルーツ	ごはん 豚肉と山芋 の炒め物 五目煮豆 みそ汁	ロールパン クリーム スープ
米(七分つき) 50 牛肉 30 人参 15 玉ねぎ 30 エリンギ 15 しめじ 10 生しいたけ 10 小麦粉 マーガリン カレー粉 ソース こいくちしょうゆ 素精糖 ケチャップ なたね油 りんご 20 きゅうり 15 みかん缶 20 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 豚ミンチ 30 春雨 8 もやし 30 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 塩 なたね油 春菊 30 えのきだけ 30 ごま油 こいくちしょうゆ 素精糖 ゴマ 大根 20 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 鶏ミンチ 30 豆腐 40 ひじき 1.5 人参 10 さやいんげん 8 こいくちしょうゆ 素精糖 なたね油 さつまいも 45 油揚げ 5 こいくちしょうゆ 素精糖 青菜 15 しめじ 8 うすくちしょうゆ 塩 かつおだし	米(七分つき) 40 黒米 1 さつまいも 30 塩 昆布だし あじ 40 小麦粉 パン粉 塩 なたね油 切干大根 4 青菜 30 ゴマ こいくちしょうゆ 素精糖 キャベツ 15 焼きふ みそ 煮干し	米(七分つき) 45 牛肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 里芋 45 さやいんげん 8 こいくちしょうゆ 素精糖 大根 30 刻み昆布(生) 2 ちりめんじゃこ 3 なたね油 米酢 塩 もやし 15 わかめ 2 みそ 煮干し	うどん 150 合挽きミンチ 30 人参 10 キャベツ 20 生しいたけ 8 油揚げ 5 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおぶし 大根 30 じゃが芋 30 かつお節 2 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし	米(七分つき) 45 鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 さやいんげん 8 コーン缶 10 ケチャップ なたね油 かぼちゃ 50 ツナ缶 10 なたね油 米酢 塩 ほうれん草 15 大根 20 うすくちしょうゆ 塩 中華だし	米(七分つき) 45 豚肉 30 人参 10 エリンギ 15 しめじ 15 えのきだけ 15 きくらげ 2 青ねぎ 5 中華だし 塩 なたね油 さつまいも 40 小麦粉 塩 なたね油 豆腐 20 わかめ みそ 煮干し	米(七分つき) 45 さんま 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 玉ねぎ 15 しめじ 10 みそ 煮干し	うどん 150 鶏肉 30 しめじ 8 生しいたけ 8 えのきだけ 8 人参 10 青菜 15 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおだし 高野豆腐 8 人参 10 じゃが芋 30 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし りんご 1/6	米(七分つき) 45 豚肉 30 山芋 40 エリンギ 10 なたね油 塩 こいくちしょうゆ 大豆ゆで 20 人参 10 れんこん 10 こんにゃく 15 昆布 2 こいくちしょうゆ 素精糖 かぼちゃ 20 えのきだけ 10 みそ 煮干し	ロールパン 鶏肉 40 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 50 しめじ 10 フロッキー 20 小麦粉 マーガリン 牛乳 塩 コンソメ
わらびもち 牛乳・煮干	ムーニー 牛乳・こんぶ	カレーチーズ スティック みかんジュース・煮干	ゆず入り ホットケーキ 牛乳・スルメ	マーブル クッキー 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい リンゴジュース	ヨーグルト入り おさつマッシュ 牛乳・煮干	きな粉団子 牛乳・こんぶ	焼き芋 フルーツ 牛乳・スルメ	じゃことゴマと 青のりのおにぎり リンゴジュース・煮干	ジャム ロールパン 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい みかんジュース
わらび粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	さつまいも 白玉粉 片栗粉 マスコバト糖 牛乳・こんぶ	食パン カレー粉 マヨネーズ スライスチーズ みかんジュース・煮干	小麦粉 マーガリン 素精糖 ゆず 牛乳 卵 牛乳・スルメ	小麦粉 マーガリン 素精糖 ココア 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい リンゴジュース	さつまいも ヨーグルト 素精糖 牛乳・煮干	白玉粉 きな粉 素精糖 牛乳・こんぶ	さつまいも リンゴ 牛乳・スルメ	米(七分つき) ちりめんじゃこ ゴマ 青のり リンゴジュース・煮干	ロールパン ジャム 26日きゃべつのみ チョコレートケーキ 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい みかんジュース

6日 運動会 5日のおやつは運動会がんばろう！お楽しみクッキー
 19日 お弁当の日(ポテト以上)レモン以下:焼豚チャーハン・さつまいもの和風サラダ・中華スープ(焼豚・人参・玉ねぎ・ピーマン・さつまいも・さやいんげん・もやし・わかめ) おやつ:蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・塩)
 25日 ごはん・鶏の唐揚げ・ポテトサラダ・フロッキー・みそ汁(米・鶏肉・じゃが芋・きゅうり・人参・卵・ツナ缶・マヨネーズ・フロッキー・大根・油揚げ) おやつ:きびだんご・牛乳(キビ・きな粉・素精糖)
 26日 キャベツさん比叡山登山 キャベツさんのみ25日比叡山登山頑張ろうメニュー大皿盛り おにぎり・唐揚げ・比叡山風ポテトサラダ・フロッキー・みそ汁
 おやつキャベツ:比叡山登山がんばったね！比叡山風チョコレートケーキ・りんごジュース