



# 2019年2月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

金 1	土 2・16	月 4・18	火 5・19	水 6・20	木 7・21	金・月 8・25	土 9	火 12・26	水 13・27	木 14・28	金 15
大豆ご飯 いわし キャベツの ゴマ和え 大根煮 みそ汁	ロールパン  クリーム シチュー	カレーライス  フルーツ サラダ	ごはん 豚肉と小松菜 の中華炒め ごぼうの マヨネーズ和え もやしとわかめ のスープ	ごはん 焼魚 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	わかめご飯  芋汁  フルーツ	ごはん 鶏肉と 大根炒め フロッキーと 人参の おかか合え みそ汁	煮込みうどん  じゃが芋と 高野煮	ごはん 筑前煮  青菜と 油揚げ煮  みそ汁	ためきうどん  豚じゃが  フルーツ	ごはん 魚の タンドリー風 刻み昆布と 大根サラダ フロッキー みそ汁	ごはん 豆腐と ひじき炒め煮 れんこんの フライ すまし汁
米(七分つき) 45 大豆 10 青菜 15 こいくちしょうゆ 塩 昆布だし  いわしソフト干し  キャベツ 50 ゴマ こいくちしょうゆ 素精糖  大根 30 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし  豆腐 20 わかめ 2 青ねぎ 3 みそ 煮干し	ロールパン 40  鶏肉 40 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 50 フロッキー 20 しめじ 10 小麦粉 マーガリン 牛乳 塩 コンソメ	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 こいくちしょうゆ ソース ケチャップ 素精糖 コンソメ 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 豚肉 30 小松菜 40 きくらげ 2 塩 こいくちしょうゆ 中華だし なたね油  ごぼう 30 人参 10 ゴマ マヨネーズ こいくちしょうゆ  もやし 15 わかめ 2 うすくちしょうゆ 塩 中華だし	米(七分つき) 45 さんま 塩  青菜 60 のり 1 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	米(七分つき) 45 わかめ 2 ちりめんじゃこ 3 こいくちしょうゆ  豚肉 30 人参 10 大根 20 しめじ 10 油揚げ 5 里芋 30 ごぼう 10 こんにゃく 15 豆腐 20 青ねぎ 3 みそ 煮干し  みかん 1/2	米(七分つき) 45 鶏肉 30 大根 40 白菜 30 人参 10 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 中華だし  フロッキー 30 人参 10 かつお節 こいくちしょうゆ  さつま芋 20 えのきだけ 10 みそ 煮干し	うどん 150  鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 わかめ 2 生しいたけ 8 青ねぎ 3 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおだし  じゃが芋 40 高野豆腐 8 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 15 ごぼう 10 れんこん 10 里芋 20 こんにゃく 20 干しいたけ 2 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし  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  大根 20 白ねぎ 10 みそ 煮干し	うどん 150  油揚げ 20 しめじ 15 生しいたけ 10 えのき 10 青ねぎ 5 しょうが 2 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし  豚肉 30 人参 10 玉ねぎ 15 じゃが芋 40 糸こんにゃく 15 青ねぎ 5 こいくちしょうゆ 素精糖  りんご 1/6	米(七分つき) 45 魚 50 ヨーグルト カレー粉 こいくちしょうゆ ケチャップ  刻み昆布 2 大根 25 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ  れんこん 40 塩 小麦粉 パン粉 なたね油  白菜 15 わかめ 2 みそ 煮干し  青菜 15 焼きふ とろろ昆布 うすくちしょうゆ 塩 昆布・かつおだし	
鬼のパンツの クッキー 牛乳・煮干	干し芋 せんべい みかんジュース	黒砂糖 蒸しパン 牛乳・こんぶ	にゅうめん 牛乳・煮干	ジャム ロールパン 牛乳・スルメ	ゴマだれ だんご りんごジュース・煮干	お好み焼き 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい 牛乳	スイートポテト 牛乳・煮干	じゃこおかか おにぎり みかんジュース・煮干	おやつ高野 牛乳・スルメ	チョコレート クッキー 牛乳・こんぶ
小麦粉 マーガリン 素精糖 ココア  牛乳・煮干	干し芋 せんべい  みかんジュース	小麦粉 マスコト糖  牛乳・こんぶ	そうめん 鶏肉 えのき 青ねぎ うすくちしょうゆ・塩 昆布・かつおだし 牛乳・煮干	ロールパン りんごジャム  牛乳・スルメ	白玉粉 ゴマ こいくちしょうゆ 素精糖  りんごジュース・煮干	小麦粉 豚肉 キャベツ・青ねぎ 卵 なたね油・ソース かつお節・青のり 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい  牛乳	さつま芋 マーガリン 素精糖  牛乳・煮干	米(七分つき) ちりめんじゃこ かつお節 こいくちしょうゆ  みかんジュース・煮干	高野豆腐 片栗粉 なたね油 きな粉 素精糖  牛乳・スルメ	小麦粉 マーガリン 素精糖 ココア  牛乳・こんぶ

23日 生活発表会 22日生活発表会頑張ろうメニュー ロールパン・鶏の唐揚げ・フロッキーのサラダ・さつま芋の素揚げ・スープ(ロールパン・鶏肉・フロッキー・ツナ缶・さつま芋・ベーコン・キャベツ)  
キャベツのみロールパンが人参ご飯になります。ちょっとお楽しみメニューです。  
おやつ: きびだんご・牛乳(きび・きな粉・素精糖・牛乳)

