



2019年10月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

火 1・15	水 2・16	木 3・17	金・水 4・30	土 19	月 7・21	火 8・29	水 9・23	木 10・31	金 11・25	土 26	月 28
ごはん アジフライ 青菜とキャベツ の塩こぶ和え 大根煮 みそ汁	ごはん 豚肉と 厚揚げの 炒め物 刻み昆布と さつまいも煮 みそ汁	鶏肉と きのこの うどん じゃこじゃが サラダ フルーツ	ごはん 里芋の 肉じゃが風 大根と ツナの 和え物 みそ汁	トースト クリーム シチュー	きのこ カレーライス フルーツ サラダ	ごはん 大豆入り つくね かぶの ナムル風 人参煮 みそ汁	ごはん きのこの 中華炒め ひじき煮 みそ汁	ごはん 焼き魚 青菜の 磯和え さつまいも煮 みそ汁	ごはん 手羽元と 大根煮 青菜と もやしの 炒め物 みそ汁	ミンチと キャベツの 煮込みうどん 高野と じゃが芋煮	焼きめし かぼちゃの サラダ 中華スープ
米(七分つき) 45 あじ 40 小麦粉 パン粉 塩 なたね油 青菜 30 キャベツ 30 塩昆布 1 大根 40 うすくちしょうゆ 素精糖 昆布・かつおだし かぼちゃ 20 わかめ みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚肉 20 厚揚げ 30 人参 10 もやし 30 しめじ 10 青ねぎ 3 オイスターソース さつまいも 60 刻み昆布 2 こいくちしょうゆ 素精糖 大根 20 えのき 10 みそ 煮干し	うどん 150 鶏肉 30 人参 10 生しいたけ 10 しめじ 10 えのき 10 油揚げ 5 青菜 15 うすくちしょうゆ みりん 昆布・かつおだし じゃが芋 50 ちりめんじゃこ 5 パセリ 2 ゴマ 2 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ リンゴ 1/6	米(七分つき) 45 牛肉 30 里芋 45 人参 10 玉ねぎ 20 さやいんげん 8 こいくちしょうゆ 素精糖 大根 50 ツナ缶 10 こいくちしょうゆ 白菜 15 油揚げ 5 みそ 煮干し	食パン 1/2 マーガリン 鶏肉 30 人参 15 玉ねぎ 30 生しいたけ 10 エリンギ 15 しめじ 15 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 リンゴ 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) 50 牛肉 30 人参 15 玉ねぎ 30 生しいたけ 10 エリンギ 15 しめじ 15 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 リンゴ 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 鶏ミンチ 40 大豆 10 青ねぎ 5 しょうが こいくちしょうゆ かぶ 40 かぶの葉 10 ゴマ ゴマ油 こいくちしょうゆ 素精糖 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし キャベツ 15 焼きふ 2 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 豚肉 30 エリンギ 15 しめじ 15 えのきだけ 15 きくらげ 1.5 青ねぎ 5 塩 中華だし なたね油 ひじき 3 人参 10 油揚げ 5 こんにゃく 10 こいくちしょうゆ 素精糖 じゃが芋 20 玉ねぎ 15 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 さんま 50 またはホッケ 青菜 60 のり こいくちしょうゆ さつまいも 40 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし もやし 15 油揚げ 5 みそ 煮干し	米(七分つき) 45 手羽元 2つ 大根 60 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 青菜 30 もやし 30 塩 こいくちしょうゆ なたね油 里芋 20 わかめ 2 みそ 煮干し	うどん 150 合びきミンチ 30 人参 10 キャベツ 20 生しいたけ 8 油揚げ 5 青ねぎ 5 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 人参 10 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし もやし 15 人参 5 きくらげ 1 中華だし うすくちしょうゆ	米(七分つき) 50 合びきミンチ 30 人参 10 玉ねぎ 20 ピーマン 5 こいくちしょうゆ 塩 なたね油 かぼちゃ 50 さやいんげん 8 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ もやし 15 人参 5 きくらげ 1 中華だし うすくちしょうゆ
スイートポテト 牛乳・こんぶ	生クリーム ロールパン 牛乳・煮干	きな粉にぎり みかんジュース・煮干	30日ハロウィン お楽しみラスク 牛乳・スルメ	ビスケット せんべい リンゴジュース	わらびもち 牛乳・煮干	焼き芋 フルーツ 牛乳・こんぶ	ごはんのパン リンゴジュース・煮干	甘だれだんご 牛乳・スルメ	ゴマちゃんさく 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい みかんジュース	リンゴのケーキ 牛乳・煮干
さつまいも マーガリン 素精糖 牛乳・こんぶ	ロールパン 生クリーム 素精糖 牛乳・煮干	米(七分つき) きな粉 素精糖 みかんジュース・煮干	食パン マスコバト糖 コウモリとかぼちゃの 型抜きラスク 牛乳・スルメ	ビスケット せんべい リンゴジュース	わらび粉 きな粉 素精糖 牛乳・煮干	さつまいも リンゴ 牛乳・こんぶ	小麦粉・米 マーガリン 素精糖・塩 牛乳 フロセスチーズ ドライイースト リンゴジュース・煮干	白玉粉 こいくちしょうゆ 素精糖 牛乳・スルメ	小麦粉 ゴマ 素精糖 塩 なたね油 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい みかんジュース	小麦粉 リンゴ マーガリン 卵 素精糖 牛乳・煮干

5日 運動会 4日おやつ:運動会がんばろうクッキー どんなクッキーができるのかお楽しみに!

11日幼児おやつ 合同で運動会頑張ったねパーティをします(各クラスでおやつを作ります)

18日 お弁当の日(レモン以上お弁当をお願いします。) トマトさんカブちゃん:三色丼・みそ汁・フルーツ(米・合びきミンチ・ほうれん草・かつお節・卵・白菜・油揚げ・リンゴ)

おやつ:さつまいも入り蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・さつまいも)・牛乳

25日 キャベツさん比叡山登山です 24日 ごはん・鶏のから揚げ・ポテトサラダ・フロッコリー・みそ汁(米・鶏肉・じゃが芋・人参・きゅうり・ツナ缶・卵・マヨネーズ・フロッコリー・白菜・えのき) キャベツさんは特別メニューになります。



25日のおやつはキャベツさんのみ比叡山風チョコレートケーキです。

24日おやつ:マーブルクッキー・牛乳(小麦粉・マーガリン・素精糖)・牛乳