



2023年4月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

月 3・17	火 4・18	水 5・19	木 6・20	金 7・21	土 8・22	月 10・24	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28	土 15
チキンライス キャベツと わかめの サラダ レタスと しめじの スープ	ごはん 肉じゃが スナッフえんど うおかか和え みそ汁	ごはん ニラ玉豆腐 ふきと じゃこ炒め煮 みそ汁	ミンチと キャベツの 煮込みうどん じゃが芋の コロコロサラダ フルーツ	ごはん 魚の天ぷら ニラと もやしの ナムル風 人参煮 みそ汁	パン 鶏肉の トマトスープ フルーツ	カレーライス フルーツ サラダ	ごはん キャベツ たっぴり ハンバーグ 刻み昆布と アスパラサラダ みそ汁	豆ごはん 焼き魚 青菜の 磯和え 人参煮 みそ汁	ごはん 豚肉と じゃが芋の オイスター ソース炒め ひじき煮 すまし汁	ごはん 鶏手羽と たけのこ煮 オイスター ソース炒め ひじき煮 すまし汁	肉うどん じゃが芋煮
米(七分つき) 50 鶏肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 コーン缶 10 さやいんげん 8 トマトケチャップ なたね油 キャベツ 40 わかめ 2 なたね油 米酢 塩 レタス 10 しめじ 10 中華だし うすくちしょうゆ	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 スナッフえんど 30 かつお節 2 こいくちしょうゆ たけのこ 15 わかめ 2 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 豚肉 20 豆腐 30 ニラ 8 しめじ 10 卵 25 しょうが 1 塩 中華だし こいくちしょうゆ なたね油 ふき 35 たけのこ 10 ちりめんじゃこ 3 こいくちしょうゆ みりん なたね油 じゃが芋 20 玉ねぎ 15 みそ 煮干しだし	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 かつおだし 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 はっさくまたは 甘夏 1/4	米(七分つき) 50 魚 50 小麦粉 塩 なたね油 ニラ 20 もやし 40 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 わかめ 2 みそ 煮干しだし	パン 鶏肉 40 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 40 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 コンソメ いちご 20 りんご 20 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 50 牛肉 40 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 40 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 コンソメ いちご 20 りんご 20 きゅうり 15 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 50 合びきミンチ 40 キャベツ 40 玉ねぎ 20 パン粉 塩 アスパラ 20 刻み昆布 2 人参 12 なたね油 米酢 塩 大根 20 焼きふ みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 えんどう豆 10 塩 昆布だし 魚 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 じゃが芋 20 油揚げ 5 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 豚肉 30 じゃが芋 50 ピーマン 10 オイスターソース 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 豆腐 20 わかめ 2 青ねぎ 3 うすくちしょうゆ みりん 塩 かつおだし	米(七分つき) 50 鶏手羽元 2つ たけのこ 20 人参 20 さやえんどう 8 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし 玉ねぎ 35 塩 小麦粉 パン粉 なたね油 キャベツ 15 えのき 10 みそ 煮干しだし	うどん 150 牛肉 30 人参 10 玉ねぎ 20 青ねぎ 5 油揚げ 5 うすくちしょうゆ みりん 塩 かつおだし じゃが芋 50 人参 10 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし
レース入じゃが芋 のスイートポテト 牛乳・煮干	ジャムフランス 牛乳・こんぶ	黒ゴママフィン みかんジュース・煮干	梅干しと 青菜おにぎり 牛乳・煮干	たけのこの ちぢみ 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい 牛乳	わらびもち 牛乳・煮干	じゃが芋の パンケーキ 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・煮干	クッキー 牛乳・こんぶ	せんべい クッキー 牛乳
じゃが芋 マーガリン 素精糖 レースン 牛乳・煮干	フランスパン いちごジャム 牛乳・こんぶ	小麦粉 マーガリン 卵 素精糖 牛乳 ゴマ みかんジュース・煮干	米(七分つき) 梅干し 青菜 かつお節 (6日のみ) 牛乳・煮干	小麦粉 豚肉 たけのこ(水煮) 青ねぎ 卵 しょうゆ・米酢 牛乳・こんぶ	ビスケット せんべい 牛乳	わらび粉 きな粉 素精糖 乾パン 牛乳・煮干	じゃが芋 小麦粉 マーガリン 牛乳 素精糖 なたね油 牛乳・こんぶ	小麦粉・強力粉 米(七分つき) マーガリン 牛乳・チーズ 素精糖・塩 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・煮干	小麦粉 マーガリン 素精糖 牛乳・こんぶ	せんべい クッキー 牛乳

3日 入園始園式

20日 お弁当の日(ポテト以上) おやつ:蒸しパン・牛乳(小麦粉・素精糖・塩・なたね油)・牛乳

