

こんだてひょう

日曜日	献立	午前のおやつ (1~2才のみ)	主な材料			不足食材
		午後のおやつ	血や肉になるもの	力や熱になるもの	体の調子を整えるもの	
16 (水)	ごはん ミートローフ(和風ソース) かぼちゃ煮 ほうれん草とコーンのソテー きのこのみそ汁	プルーン	豚ミンチ・煮干しだし・醤油・みそ 牛乳	米・三温糖・小麦粉・パン粉 プリン・せんべい	玉ねぎ・かぼちゃ・ほうれん草・冷凍コーン・しいたけ しめじ・えのき	魚類
		プリン せんべい				
17 (木)	ハヤシライス マカロニサラダ	さつまいも	牛肉 牛乳・小豆	米・メークイン・マカロニ・小麦粉・マヨネーズ 白玉粉・三温糖	玉ねぎ・人参・きゅうり・りんご・ケチャップ・ソース	きのこ類
		☆ぜんざい				
18 (金)	ごはん 高野と野菜の煮物 ごぼうの甘辛揚げ フルーツ かきたま汁	人参	鶏肉・高野豆腐・卵 煮干しだし・醤油 牛乳	米・片栗粉・油・三温糖 さつまいも・三温糖・ホットケーキミックス	玉ねぎ・人参・椎茸・青梗菜・ごぼう・フルーツ・三つ葉	魚類
		☆鬼まんじゅう				
19 (土)	すき焼き丼 具だくさんみそ汁	お菓子	牛肉・煮干しだし・醤油・みそ お菓子	米・三温糖 お菓子	玉ねぎ・人参・白菜・糸こんにゃく・椎茸・ねぎ・大根 小松菜	乳製品
		お菓子				
21 (月)	混ぜごはん 小松菜のみそ汁	プルーン	鶏肉・高野豆腐・ちくわ 煮干しだし・醤油・みそ 牛乳	米・三温糖・小麦粉・油 お菓子	人参・ごぼう・三度豆・糸こんにゃく・干し椎茸・小松菜 ゼリー	海藻類
		ゼリー お菓子				
22 (火)	ごはん 鯖のみそ煮 金時豆煮 フルーツ けんちん汁	人参	鯖・金時豆・油揚げ 煮干しだし・醤油・みそ 牛乳・豚ミンチ・醤油	米・里芋・三温糖 ホットケーキミックス・小麦粉・片栗粉	大根・人参・こんにゃく・ごぼう・椎茸・ねぎ・フルーツ 玉ねぎ・竹の子・干し椎茸	肉類
		☆豚まん				
23 (水)	休日					
24 (木)	ピピンバ 雷こんにゃく 春雨スープ	りんご	牛肉・卵・醤油 牛乳・ウインナー	米・春雨・三温糖・ごま・ごま油・米酢 ブイヨン ホットケーキミックス・小麦粉・油	ほうれん草・きゅうり・ぜんまい・大根・人参・こんにゃく わかめ 乳)緑豆もやし ゆり(幼)小大豆もやし	魚類
		☆アメリカンドッグ				
25 (金)	カツサンド チーズサンド 焼きかぼちゃ ブロッコリーのおかか和え クリームシチュー	みかん	豚ヒレ肉・チーズ・鶏肉・花かつお 醤油 牛乳・豆腐・きな粉	食パン・小麦粉・パン粉・油・三温糖 メークイン 白玉粉・三温糖	人参・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・シチュールー	米
		☆白玉あべかわ				
26 (土)	和風チャーハン 大根と油揚げのみそ汁	お菓子	ちりめんじゃこ・油揚げ 煮干しだし・醤油・みそ お菓子	米 お菓子	小松菜・玉ねぎ・人参・大根・ねぎ	乳製品
		お菓子				
28 (月)	あんかけうどん ポテトサラダ	プルーン	油揚げ・煮干しだし・醤油 花かつお 乳)牛乳	うどん・メークイン・三温糖・片栗粉・マヨネーズ 米・ごま	小松菜・ねぎ・人参・きゅうり・冷凍コーン・りんご	肉類
		☆おかかのおにぎり				

- ・☆印は手づくりおやつです。
- ・材料の都合により変更する場合があります。
(変更がある場合、掲示板にてお知らせします。)
- ・和食で使用する出汁は、煮干しでとっています。
- ・ゆりチームは“乳”と記載されているメニューを食べますが、
“乳”と異なるメニューを食べる場合には“ゆり”と記載します。