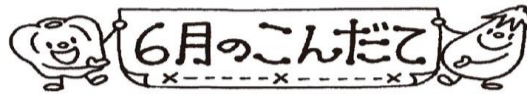


幼 児



ところっこ保育園

日	曜日	飲み物	メニュー名	食品名
1	水	昼食	牛乳 【引き渡し訓練】 ごはん 鯖の梅味噌煮 ブロッコリーの胡麻和え すまし汁	米 鯖・味噌・酒・砂糖・醤油・生姜・梅干し ブロッコリー・人参・すりごま・醤油・砂糖 麩・長葱・えのき・鰹昆布だし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	防災クッキー 小麦粉・砂糖・マーガリン・牛乳
2	木	昼食	牛乳 ごはん 肉じゃが わかめと胡瓜の酢の物 納豆 味噌汁	米 豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・白滝・いんげん・醤油・みりん・砂糖 わかめ・胡瓜・しらす・酢・鰹昆布だし・塩・砂糖 納豆・醤油・鰹昆布だし・砂糖 ねぎ・わかめ・豆腐・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	塩おにぎり 米・塩
3	金	昼食	牛乳 【虫歯予防デー】 ～シャキシャキカミカミ音を楽しもう～ ごはん カレイの竜田揚げ シャキシャキサラダ 切り干し大根の味噌汁	米 カレイ・生姜・酒・醤油・片栗粉・サラダ油 キャベツ・蓮根・コーン・人参・ツナ・マヨネーズ・砂糖・醤油 小松菜・玉葱・切り干し大根・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	カミカミ大豆 サツマイモ・大豆・胡麻・片栗粉・醤油・みりん・砂糖・油
4	土	昼食	麦茶	鶏丼 具沢山味噌汁 米・鶏肉・玉葱・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒・砂糖 じゃが芋・人参・大根・白菜・長葱・ごぼう・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	鮭おにぎり 米・鮭
6	月	昼食	牛乳 ジャージャー麺 夏野菜のコロコロサラダ 果物	うどん・豚挽肉・ねぎ・ニンニク・胡瓜・鰹昆布だし・酒・砂糖・醤油・味噌・片栗粉 胡瓜・トマト・コーン・アスパラガス・赤ピーマン・黄ピーマン・酢・油・塩・砂糖 バナナ
		おやつ	麦茶	きつねおにぎり 米・油揚げ・酒・鰹昆布だし・砂糖
7	火	昼食	牛乳 ごはん（ふりかけ付き） レバーナッツ 三色ナムル 味噌汁	米 豚レバー・酒・醤油・生姜・牛乳・片栗粉・サラダ油・さつま芋・じゃが芋・かぼちゃ 砂糖・アーモンド ほうれん草・人参・もやし・胡麻・醤油・砂糖・酢・ごま油 ねぎ・なめこ・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ジャムサンド 食パン・いちごジャム
8	水	昼食	牛乳 留守番カレー 海藻サラダ 果物	米・豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・ケチャップ・カレールウ キャベツ・人参・胡瓜・ひじき・わかめ・鰹昆布だし・みりん・リンゴ酢・塩・醤油 パイナップル
		おやつ	麦茶	ヨーグルト&コーンフレーク ヨーグルト・コーンフレーク
9	木	昼食	牛乳 ごはん 豆腐の肉巻き 春雨サラダ 味噌汁	米 木綿豆腐・豚バラ・片栗粉・醤油・酒・みりん・砂糖 春雨・人参・胡瓜・コーン・ツナ・マヨネーズ・醤油・塩 じゃがいも・玉葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	バナナケーキ 小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油・牛乳・バナナ
10	金	昼食	牛乳 ごはん メルルーサのパン粉焼き タルタルソース ラタトゥイユ コンソメスープ	米 メルルーサ・塩・小麦粉・パン粉・油 玉葱・卵・マヨネーズ・塩 ズッキーニ・黄ピーマン・赤ピーマン・なす・玉葱・トマト缶・油・コンソメ 醤油・にんにく・砂糖 キャベツ・人参・玉葱・コンソメ・醤油
		おやつ	麦茶	いももち じゃが芋・砂糖・片栗粉・醤油
11	土	昼食	麦茶	ハヤシライス 果物 米・豚肉・玉葱・人参・エリンギ・ハヤシルウ・ケチャップ バナナ
		おやつ	麦茶	ゼリー・クラッカー ぶどうジュース・ゼラチン
13	月	昼食	牛乳 ごはん チャプチェ 韓国風サラダ きのこの生姜スープ	米 牛肉・長葱・椎茸・人参・玉葱・小葱・春雨・醤油・砂糖・ニンニク・白ごま サニーレタス・玉葱・胡瓜・トマト・すりごま・醤油・砂糖・酢・ごま油 えのき・しめじ・生姜・ごま油・鶏ガラだし・オイスターソース・塩
		おやつ	麦茶	ラスク 食パン・マーガリン・砂糖
14	火	昼食	牛乳 ごはん 鮭のマヨコーン焼き わかめと胡瓜の酢の物 味噌汁	米 鮭・コーン・マヨネーズ・塩 わかめ・胡瓜・しらす・酢・鰹昆布だし・塩・砂糖 大根・人参・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	焼きそば 中華麺・キャベツ・玉葱・人参・サラダ油・ウスターソース・中濃ソース

日	曜日	飲み物		メニュー名	食品名
15	水	昼食	牛乳	中華丼 エビシウマイ かき玉スープ 果物	米・豚肉・卵・白菜・人参・玉葱・椎茸・生姜・オイスターソース・砂糖・鶏ガラだし・片栗粉 豚挽き肉・えび・椎茸・玉葱・生姜・酒・砂糖・ごま油・塩・醤油・しゅうまいの皮 玉葱・人参・小松菜・卵・昆布だし・鶏ガラだし・醤油・塩 キウイ
		おやつ	麦茶	豆乳もち	豆乳・砂糖・片栗粉・きな粉
16	木	昼食	牛乳	わかめごはん 鶏の唐揚げ ほうれん草のごま味噌和え トマト 味噌汁	米・炊き込みわかめの素 鶏もも肉・酒・醤油・生姜・ニンニク・マヨネーズ・片栗粉・サラダ油 ほうれん草・人参・すりごま・味噌・みりん・砂糖 トマト キャベツ・なめこ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	りんごとチーズのパウンドケーキ	小麦粉・砂糖・リンゴ・ベーキングパウダー・シュレッドチーズ・マーガリン・卵
17	金	昼食	牛乳	【梅雨を楽しもう】 あじさいピラフ カエルバーグ コールスローサラダ コーンスープ	米・ハム・玉葱・人参・絹さや・黄ピーマン・マーガリン・塩・コンソメ 豚ひき肉・牛ひき肉・玉葱・パン粉・牛乳・卵・塩・ケチャップ・竹輪・胡瓜 キャベツ・胡瓜・人参・コーン・マヨネーズ・塩 コーン・玉葱・牛乳・塩
		おやつ	麦茶	あじさいゼリー クラッカー	ブドウジュース・寒天・砂糖・リンゴジュース クラッカー
18	土	昼食	麦茶	豚丼 具沢山味噌汁	米・豚肉・玉葱・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒・砂糖 じゃが芋・人参・大根・白菜・長葱・ごぼう・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	バナナ・小魚	バナナ・小魚
20	月	昼食	牛乳	ごはん 豚野菜炒め 青のりポテト 味噌汁	米 豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・酒・鶏ガラだし・塩・醤油・砂糖 じゃが芋・塩・青のり・サラダ油 ねぎ・わかめ・豆腐・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	マカロニきな粉	マカロニ・きな粉・砂糖
21	火	昼食	牛乳	キーマカレー 小松菜サラダ 果物	米・カレー粉・マーガリン・豚挽き肉・玉葱・ピーマン・人参・茄子・ケチャップ・カレールウ 小松菜・ハム・プロセスチーズ・マヨネーズ スイカ
		おやつ	麦茶	マーマレード蒸しパン	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・牛乳・油・マーマレードジャム
22	水	昼食	牛乳	ごはん 松風焼き オクラの土佐和え 味噌汁	米 鶏ひき肉・味噌・みりん・酒・砂糖・玉葱・パン粉・胡麻 オクラ・人参・鰹節・醤油 人参・玉葱・小松菜・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	メロンパントースト	食パン・マーガリン・小麦粉・砂糖
23	木	昼食	牛乳	コストコパン チキンカツ マカロニサラダ ミネストローネ	コストコパン 鶏むね肉・小麦粉・パン粉・油・中濃ソース マカロニ・胡瓜・コーン・ハム・マヨネーズ・塩 トマト・キャベツ・じゃが芋・人参・ベーコン・マーガリン・塩・コンソメ
		おやつ	麦茶	ヨーグルト寒天	ヨーグルト・砂糖・寒天・みかん缶
24	金	昼食	牛乳	トマトパスタ ポテトサラダ コンソメスープ 果物	スパゲティ・トマト・ニンニク・ベーコン・オリーブオイル・塩・コンソメ じゃがいも・ハム・胡瓜・人参・コーン・卵・マヨネーズ・塩 キャベツ・人参・玉葱・コンソメ・醤油 オレンジ
		おやつ	麦茶	ツナピラフ	米・コンソメ・ツナ・玉葱・人参・ピーマン
25	土	昼食	麦茶	えびチャーハン 春雨スープ	米・えび・玉葱・人参・小葱・油・鶏ガラだし・醤油・塩 春雨・人参・長葱・卵・コンソメ・塩・醤油・鰹昆布だし
		おやつ	麦茶	蒸しパン	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・牛乳
27	月	昼食	牛乳	ごはん ポークチャップ かぼちゃのチーズ焼き オニオンスープ	米 豚肉・玉葱・人参・エリンギ・ピーマン・ケチャップ・ニンニク・塩・コンソメ・砂糖・オリーブ油・小麦粉 かぼちゃ・玉葱・ベーコン・シュレッドチーズ・塩 玉葱・パセリ・コンソメ・塩
		おやつ	麦茶	中華風カステラ	小麦粉・牛乳・砂糖・卵・ベーキングパウダー
28	火	昼食	牛乳	ごはん 鮭の南蛮漬け 豆苗とベーコン炒め 味噌汁	米 鮭・片栗粉・サラダ油・人参・玉葱・醤油・酢・砂糖・ごま油 豆苗・ベーコン・ごま油・ニンニク・醤油 ナス・ネギ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	マヨコーントースト	食パン・コーン・マヨネーズ・パセリ
29	水	昼食	牛乳	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 キャベツの磯和え 味噌汁 果物	米 生揚げ・豚ひき肉・小松菜・油・かつおだし・醤油・砂糖・片栗粉 キャベツ・人参・もやし・焼きのり・醤油・胡麻 じゃがいも・玉葱・鰹昆布だし・味噌 バナナ
		おやつ	麦茶	お米のみたらしあん	米・砂糖・醤油・片栗粉
30	木	昼食	牛乳	【まごわやさしいメニュー】 梅ひじきの炊き込みご飯 カレイの煮付け 切り干し大根サラダ 具だくさんけんちん汁	米・醤油・みりん・酒・砂糖・塩・ひじき・人参・油揚げ・梅干し カレイ・醤油・みりん・酒・砂糖 切り干し大根・胡瓜・人参・かに風味かまぼこ・マヨネーズ・塩 鶏もも・白菜・大根・人参・ごぼう・豆腐・里芋・葱・椎茸・鰹昆布だし・醤油・酒・みりん
		おやつ	麦茶	米粉の胡麻クッキー	米粉・砂糖・マーガリン・牛乳・胡麻