

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	木	昼食	牛乳 ごはん 松風焼き ひじきの煮物 すまし汁 果物	米 豚ひき肉・玉葱・味噌・みりん・酒・砂糖・パン粉・胡麻 ひじき・竹輪・人参・油揚げ・油・醤油・砂糖 麩・ネギ・えのき・鰹昆布だし・塩・醤油 ブドウ
		おやつ	麦茶 防災クッキー 小魚	防災クッキー 小魚
2	金	昼食	牛乳 ごはん カレイの竜田揚げ 中華風春雨サラダ 味噌汁	米 カレイ・生姜・酒・醤油・片栗粉・油 春雨・ハム・ほうれん草・人参・砂糖・酢・醤油・ごま油 大根・油揚げ・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶 梅ゼリー クラッカー	リンゴジュース・ゼラチン・梅ジュース・砂糖 クラッカー
3	土	昼食	麦茶 鶏丼 味噌汁	米・鶏肉・玉葱・鰹昆布だし・醤油・砂糖・みりん・酒 じゃが芋・大根・人参・白菜・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶 蒸しパン	小麦粉・砂糖・牛乳・ベーキングパウダー・サラダ油
5	月	昼食	牛乳 ごはん 豚肉の生姜焼き 青のりポテト 味噌汁	米 豚肉・玉葱・生姜・醤油・みりん・酒・キャベツ じゃが芋・塩・青のり・サラダ油 小松菜・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶 カミカミ大豆	さつまいも・大豆・片栗粉・胡麻・醤油・みりん・砂糖・油
6	火	昼食	牛乳 ごはん 鯖の梅味噌煮 磯和え すまし汁 果物	米 鯖・味噌・醤油・酒・砂糖・みりん・生姜・梅干し キャベツ・小松菜・焼きのり・醤油・ごま 豆腐・ネギ・えのき・鰹昆布だし・醤油・塩 キウイ
		おやつ	麦茶 ジャムサンド	食パン・いちごジャム
7	水	昼食	牛乳 ごはん かぼちゃコロケ ブロッコリーサラダ オニオンスープ	米 かぼちゃ・豚ひき肉・玉葱・塩・醤油・小麦粉・パン粉・油・中濃ソース ブロッコリー・人参・コーン・砂糖・酢・醤油・塩 玉葱・パセリ・コンソメ
		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
8	木	昼食	牛乳 ごはん 鶏肉のBBQソース焼き コールスローサラダ 味噌汁	米 鶏モモ肉・ケチャップ・ウスターソース・醤油・ニンニク キャベツ・胡瓜・人参・コーン・酢・砂糖・塩・マヨネーズ 小松菜・玉葱・油揚げ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶 バナナケーキ	バナナ・小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・牛乳・油
9	金	昼食	牛乳 【十五夜】 お月見うどん 菊と青菜の胡麻和え 果物	うどん・豚バラ肉・玉葱・蒲鉾・卵・わかめ・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒・塩・ごま油 ほうれん草・食用菊・醤油・砂糖・ごま 梨
		おやつ	麦茶 お米のみたらしあん	米・砂糖・醤油・片栗粉
10	土	昼食	麦茶 留守番カレー 果物 バナナ	米・豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・ケチャップ・カレールウ バナナ
		おやつ	麦茶 せんべい	せんべい
12	月	昼食	牛乳 ごはん チャプチェ 韓国風サラダ ワカメスープ	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 わかめ・玉葱・いりごま・鶏ガラだし・醤油・塩
		おやつ	麦茶 フルーツきんとん	さつまいも・リンゴ・砂糖
13	火	昼食	牛乳 五穀ごはん 赤魚の煮付け 豆苗とベーコンの炒め物 味噌汁	米・五穀米 赤魚・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 豆苗・ベーコン・ごま油・ニンニク・醤油 ジャガイモ・玉葱・ワカメ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶 アメリカンドッグ	ウィンナー・小麦粉・砂糖・塩・ベーキングパウダー・マヨネーズ・卵・牛乳・ケチャップ
14	水	昼食	牛乳 ビビンバ丼 トマトサラダ きのこの生姜スープ 果物	米・豚ひき肉・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜・もやし・人参・小松菜・ごま油・胡麻 トマト・玉葱・胡瓜・コーン・醤油・酢・砂糖・ごま油・胡麻 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 柿
		おやつ	麦茶 豆乳もち	豆乳・砂糖・片栗粉・砂糖

日	曜日	飲み物	メニュー名	食品名
15	木	昼食	牛乳 ごはん 鶏の唐揚げ 海藻サラダ 味噌汁	米 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 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 なめこ・白菜・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	アップルケーキ リンゴ・小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・卵・マーガリン
16	金	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・砂糖 豆腐・ネギ・ワカメ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ラスク 食パン・マーガリン・砂糖
17	土	昼食	麦茶 焼きそば わかめスープ	中華麺・豚肉・玉葱・人参・ピーマン・塩・中濃ソース わかめ・玉葱・昆布だし・中華だし・醤油・塩・ごま
		おやつ	麦茶	ジャムサンドクラッカー クラッカー・いちごジャム
19	月	敬老の日		
20	火	昼食	牛乳 とりたま雑炊 小松菜のナムル 果物	米・鶏もも肉・コンソメ・生姜・醤油・塩・小葱・卵・いりごま もやし・小松菜・コーン・鶏ガラスープ・醤油・ごま油・塩・胡麻 バナナ
		おやつ	麦茶	きな粉おはぎ 米・もち米・きな粉・砂糖・塩
21	水	昼食	牛乳 コストコパン タラのカレームニエル かぼちゃとベーコンの炒め物 コンソメスープ	コストコパン タラ・小麦粉・カレー粉・マーガリン かぼちゃ・ベーコン・ニンニク・塩・オリーブ油 キャベツ・玉葱・人参・コンソメ・醤油
		おやつ	麦茶	バナナ 小魚 バナナ 小魚
22	木	昼食	牛乳 【ふるさとメニュー～埼玉～】 小江戸カレー 小松菜サラダ 果物	米・豚肉・さつまいも・玉葱・人ほうれん草・参・油・マーガリン・小麦粉・カレー粉・塩・コンソメ・牛乳 小松菜・ロースハム・チーズ・マヨネーズ 梨
		おやつ	麦茶	米粉の抹茶クッキー 米粉・砂糖・マーガリン・牛乳・卵・抹茶
23	金	秋分の日		
24	土	昼食	麦茶 豚丼 味噌汁	米・豚肉・玉葱・鰹昆布だし・醤油・砂糖・みりん・酒・生姜 じゃが芋・人参・大根・白菜・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ビスケット 小麦粉・砂糖・マーガリン・牛乳
26	月	昼食	牛乳 【ねこさんスパゲッティ】 ナポリタン お豆たっぷりツナコーンサラダ コンソメスープ 果物	スパゲティ・ハム・ベーコン・ウインナー・玉葱・ピーマン・しめじ・ケチャップ・オリーブ油 大豆・キャベツ・胡瓜・ツナ・コーン・マヨネーズ 白菜・人参・玉葱・コンソメ・醤油 リンゴ
		おやつ	麦茶	鮭おにぎり 米・鮭・塩
27	火	昼食	牛乳 ごはん 和風きのこハンバーグ キャベツサラダ 味噌汁	米 合い挽き肉・玉葱・パン粉・牛乳・卵・塩・しめじ・鰹昆布だし・醤油・砂糖・みりん・片栗粉 キャベツ・胡瓜・竹輪・白ごま・マヨネーズ・塩 麩・ワカメ・ネギ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	すりごまトースト 食パン・マーガリン・砂糖・胡麻
28	水	昼食	牛乳 ごはん 豆腐とニラの中華炒め 胡瓜の中華風漬け わかめの溶き卵スープ	米 木綿豆腐・豚肉・人参・玉葱・たけのこ・にら・生姜・鶏ガラだし・醤油・塩・片栗粉・ごま油 胡瓜・醤油・酢・ごま油・砂糖 わかめ・玉葱・人参・卵・昆布だし・鶏ガラだし・醤油・片栗粉
		おやつ	麦茶	ドーナツ 小麦粉・ベーキングパウダー・牛乳・卵・砂糖・油
29	木	昼食	牛乳 ごはん レバーナッツ キャベツとレーズンのサラダ 味噌汁	米 豚レバー・酒・醤油・生姜・牛乳・片栗粉・サラダ油・さつまいも・じゃが芋・油・南瓜・砂糖 キャベツ・胡瓜・レーズン・酢・砂糖・マヨネーズ ナス・ネギ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ぶどうゼリー クラッカー ブドウジュース・ゼラチン・砂糖 クラッカー
30	金	昼食	牛乳 ごはん 鯖の塩焼き 小松菜の納豆和え 豚汁	米 鯖・塩 小松菜・人参・醤油・鰹節・納豆 豚肉・大根・里芋・人参・ごぼう・こんにゃく・豆腐・ごま油・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