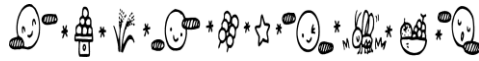




平成30年度

9がつこんだてひょう



綾東こども園

日(曜日)	きゅうしょく	体をつくる	エネルギー	調子を整える	おやつ	ざいりょう
3(月)	ぶたにくのしょうがやき ごまあえ ポテトスープ	豚肉 ベーコン	油 砂糖 じゃがいも ごま	玉ねぎ ほうれん草 人参 きゃべつ もやし	せんべい 一口ゼリー ぎゅうにゅう	せんべい ゼリー 牛乳
4(火)	しろみさかなのごまやきサクサク サラダ すましじる	白身魚 豆腐 ハム	パン粉 油 ふ 砂糖 ごま	人参 玉ねぎ レタス えのき ねぎ コーン きゅうり	フルーツポンチ ぎゅうにゅう	ジュース 寒天 砂糖 サイダー 牛乳
5(水)	とりにくとじゃがいものあまからに わかめとはるさめのあえもの スープ	鶏肉 わかめ かまぼこ ベーコン	じゃが芋 油 片栗粉 油 春雨	人参 いんげん キャベツ 玉ねぎ ねぎ きゅうり	おかし バナナ ぎゅうにゅう	おかし バナナ 牛乳
6(木)	ひやしうどん かきあげ ささみといんげんのごまあえ	ウインナー 鶏肉	うどん 天ぷら粉 油 ゴマドレ	きゅうり ねぎ 玉ねぎ 人参 コーン いんげん	おにぎり おちゃ	米 ゆかり ちりめんじゃこ ごま
7(金)	ひじきのいりあげつくね レタスサラダ かきたまじる	鶏ひき肉 卵 カニかまぼこ 豆腐	片栗粉 油 砂糖 マヨネーズ	ひじき 人参 玉ねぎ しょうが 人参 きゅうり コーン ねぎ レタス	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	マカロニ きなこ 砂糖 牛乳
10(月)	てりやきチキン もやしのナムル コーンスープ	鶏肉 卵 ハム	砂糖 油 コーンクリーム	玉ねぎ 人参 パセリ ねぎ きゅうり もやし	チューベツト おかし	チューベツト おかし
11(火)	さけのこうみやき かぼちゃのそぼろに たまごスープ	鮭 鶏ひき肉 卵	油 かぼちゃ 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 ねぎ	ドーナツ ぎゅうにゅう	ホットケーキ 砂糖 豆腐 牛乳
12(水)	カレーライス スパゲッティーサラダ チーズ	牛肉 ハム チーズ	油 砂糖 ドレッシング スパゲッティー	玉ねぎ ねぎ 人参 きゅうり コーン	ヨーグルト おかし	ヨーグルト おかし
13(木)	チキンカツ ひじきのにもの すましじる	鶏肉 大豆 ひじき あげ わかめ	油 砂糖 ふ こんにやく 小麦粉	人参 コーン キャベツ きゅうり ねぎ	ラスク ぎゅうにゅう	ソフトフランスパン 砂糖 マーガリン 牛乳
14(金)	だいずのおとしあげ マカロニサラダ みそする	大豆 豆腐 あげ みそ わかめ	天ぷら粉 油 マカロニ マヨネーズ	玉ねぎ 人参 きゅうり コーン ねぎ しめじ	ピザトースト ぎゅうにゅう	食パン コーン ウインナー チーズ 牛乳
18(火)	とうふのまごあげ はるさめサラダ わかめスープ	エビ ハム 鶏ひき肉 豆腐 ベーコン わかめ	春雨 片栗粉 油	人参 きゅうり コーン もやし	むしパン ぎゅうにゅう	蒸しパン粉 牛乳 さつま芋
19(水)	アジフライ きりぼしだいこんのあえもの みそする	あじ ハム みそ かまぼこ 豆腐 わかめ	パン粉 砂糖 油	切り干し大根 にんじん きゅうり 玉ねぎ ねぎ	おかし りんご ぎゅうにゅう	おかし りんご 牛乳
20(木)	おべんとうのひ				ココアクッキー ぎゅうにゅう	小麦粉 砂糖 牛乳 ココア
21(金)	おたんじょうかい オムライス風ごはん トンカツ ブロッコリーサラダ スープ デザート	ベーコン 卵 豚肉 ハム	米 油 じゃがいも	玉ねぎ レタス きゅうり コーン きゃべつ もやし ブロッコリー プチトマト ぶどう	ケーキ ぎゅうにゅう	ケーキ 牛乳
25(火)	まつかぜやき わかめのすのもの すましじる	鶏ひき肉 卵 カニかまぼこ 豆腐 わかめ	パン粉 油 砂糖	玉ねぎ ねぎ 人参 えのき しめじ ねぎ きゅうり コーン	きなこしらたま ぎゅうにゅう	白玉粉 豆腐 砂糖 牛乳
26(水)	からあげ こんさいサラダ みそする	鶏肉 卵 豆腐 みそ 油あげ ハム	片栗粉 油 砂糖	しょうが にんにく れんこん にんじん ごぼう 玉ねぎ ねぎ	せんべい なし ぎゅうにゅう	せんべい なし 牛乳
27(木)	ナポリタンスパゲッティー サラダ スープ	豚肉 エビ ハム ベーコン	パスタ	レタス 人参 ピーマン きゅうり コーン 玉ねぎ ねぎ	はちみつパン ぎゅうにゅう	食パン マーガリン はちみつ 牛乳
28(金)	運動会					

材料購入により変更させていただくことがあります。



9月6日(木)と9月27日(木)・お誕生会の日はいりません。コップとお箸は持ってきてください。