



令和2年

向島保育園

曜日	朝のおやつ	献立	主食	材料	3時のおやつ
1 (土)	牛乳	きつねうどん キャベツのゆかり和え オレンジ	うどん	うどん 油揚げ 砂糖 しょうゆ かまぼこ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キャベツ ゆかり オレンジ お菓子 お茶	お菓子 お茶
3 (月)	牛乳	鯛の天ぷら ほうれん草のごま和え けんちん汁 いちご	巻き寿司	巻き寿司(卵) 鯛(小麦) 油 ほうれん草 ごま 砂糖 しょうゆ 鶏肉 大根 人参 ごぼう 糸こんにゃく 小芋 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ いちご 大豆 おせんべい カルピス(乳)	福豆 おせんべい カルピス
4 (火)	牛乳	豚のみそ煮 アスパラのかつお和え 麩とワカメのすまし汁 グレープフルーツ	ごはん	米 豚肉 大根 こんにゃく ねぎ だし汁 砂糖 しょうゆ みりん みそ アスパラ かつお節 しょうゆ 麩 ワカメ 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ さつま芋 りんご スキムミルク 砂糖 シナモン 牛乳	アップルポテト 牛乳
5 (水)	牛乳	親子丼 じゃがちくわ チーズ バイナップル	麦入りごはん	米 麦 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵 ねぎ だし汁 砂糖 しょうゆ みりん じゃが芋 ちくわ 青のり マヨネーズ チーズ バイナップル 肉まん(小麦) 牛乳	肉まん 牛乳
6 (木)	牛乳	鶏の照り焼き じゃこピーマン 大根とあげのみそ汁 キウイ	ごはん	米 鶏肉 砂糖 しょうゆ みりん 片栗粉 ピーマン じゃこ しょうゆ 大根 油揚げ 人参 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ キウイ ブルーベリー パナナ 小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖 卵 牛乳	ブルーベリーとバナナのケーキ 牛乳
7 (金)	牛乳	ビーフカレー ひじきサラダ ヨーグルト りんご	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ カレールウ ひじき キャベツ 胡瓜 カイワレ ツナ 胡麻ドレッシング ヨーグルト りんご 食パン イチゴジャム 牛乳	ジャムサンド 牛乳
8 (土)	牛乳	焼そば 白菜スープ グレープフルーツ	中華めん	中華めん 豚バラ キャベツ 人参 もやし ピーマン ソース 白菜 人参 玉ねぎ コンソメ 淡口しょうゆ グレープフルーツ お菓子 お茶	お菓子 お茶
10 (月)	牛乳	鮭の塩麹焼き 小松菜の煮びたし 豆腐のみそ汁 キウイ	ごはん	米 鮭 塩麹 小松菜 油揚げ 人参 だし汁 砂糖 しょうゆ みりん 豆腐 ワカメ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ キウイ みかん缶 バイン缶 もも缶 りんご キウイ パナナ 牛乳	フルーツ盛り 牛乳
12 (水)	牛乳	ツナときのこの和風スパゲティ 玉子スープ 水菜とじゃこのサラダ オレンジ	ソフトフランス	ソフトフランス スパゲティ ツナ しめじ エリンギ にんにく しょうゆ オリーブオイル 水菜 じゃこ 胡瓜 胡麻ドレッシング 卵 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ シュークリーム(小麦・卵・乳) 牛乳	ベビーシュークリーム 牛乳
13 (木)	牛乳	牛肉のスタミナ炒め 中華サラダ ほうれん草のすまし汁 グレープフルーツ	ごはん	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ピーマン もやし しめじ タレ 春雨 ハム 人参 胡瓜 ゴマ 酢 砂糖 淡口しょうゆ ほうれん草 かまぼこ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ リッツクラッカー(小麦) イチゴジャム ブルーベリージャム クリームチーズ みかん缶 牛乳	カナッペ 牛乳
14 (金)	牛乳	ポークカレー コーンサラダ 味付け小魚 りんご	麦入りごはん	米 麦 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ カレールウ キャベツ コーン 胡瓜 水菜 和風ドレッシング 味付け小魚 りんご まがりせんべい(卵) 牛乳	おせんべい 牛乳
15 (土)	牛乳	ナポリタン オニオンスープ バナナ	スパゲティ	スパゲティ ベーコン 玉ねぎ ピーマン コーン ケチャップ 砂糖 玉ねぎ ワカメ コンソメ 淡口しょうゆ パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
17 (月)	牛乳	白身魚のチーズ焼き 切干大根煮 きのこのみそ汁 バイナップル	ふりかけごはん	米 ふりかけ 白身魚 チーズ パセリ 切干大根 人参 油揚げ きぬさや 砂糖 しょうゆ えのき しめじ 舞茸 ねぎ だし汁 みそ バイナップル メロンパン(小麦・卵・乳) 牛乳	メロンパン 牛乳
18 (火)	牛乳	揚げギョウザ ほうれん草のじゃこ和え ふわふわ汁 オレンジ	ごはん	米 ギョウザ 油 ほうれん草 じゃこ しょうゆ 卵 長芋 大根 人参 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ 芋けんぴ 牛乳	芋けんぴ 牛乳
19 (水)	牛乳	血うどん 白菜とえのきのポン酢和え バナナ	胡瓜巻	胡瓜巻 揚げそば 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 しめじ もやし うずら卵 ねぎ 中華あじ しょうゆ 白菜 えのき ポン酢 バナナ 小麦粉 卵 バター 砂糖 ベーキングパウダー 抹茶 紅茶 ココア 牛乳	手作りクッキー 牛乳
20 (木)	牛乳	豚肉の生姜炒め 小松菜のおひたし 豆腐とあげのみそ汁 キウイ	ごはん	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 しょうゆ みりん 小松菜 人参 ごま 砂糖 しょうゆ 豆腐 油揚げ ねぎ だし汁 みそ キウイ たこ焼き(小麦・卵) ソース 牛乳	たこ焼き 牛乳
21 (金)	牛乳	ハヤシライス スパゲティサラダ ヨーグルト りんご	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース マッシュルーム ハヤシルウ スパゲティ ハム 胡瓜 人参 コーン マヨネーズ ヨーグルト りんご 豚肉 大根 人参 白菜 しめじ 小芋 ごぼう 糸こんにゃく ねぎ だし汁 みそ お茶	豚汁 お茶
22 (土)	牛乳	カレーうどん ブロッコリーのおひたし バナナ	うどん	うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ カレールウ 片栗粉 ブロッコリー かつお節 しょうゆ パナナ	
25 (火)	牛乳	マカロニグラタン ポテトフライ キャベツスープ オレンジ	バケット	バケット マカロニ 鶏肉 玉ねぎ しめじ コーン ブロッコリー ホワイトソース 牛乳 粉チーズ ポテト 油 塩 キャベツ 人参 もやし コンソメ 淡口しょうゆ オレンジ ポーロ(小麦・卵) カム昆布 牛乳	ポーロ カム昆布 牛乳
26 (水) 誕生会	牛乳	白身魚のフライ ツナとピーマンの和え物 じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 ゼリー いちご	菜めしおにぎり	米 菜めし 白身魚(小麦) 油 ケチャップ 砂糖 ツナ ピーマン えのき しょうゆ じゃが芋 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ ゼリー いちご ショートケーキ(小麦・卵・乳) ワッフル(小麦・卵・乳) 牛乳	キッズショート(幼児) ワッフル(乳児) 牛乳
27 (木)	牛乳	和風あんかけ丼 三度豆のごま和え 蒸しシュウマイ りんご	麦入りごはん	米 麦 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 しめじ もやし うずら卵 ごぼう ねぎ だし汁 砂糖 しょうゆ みりん 三度豆 なす ごま 砂糖 しょうゆ シュウマイ(小麦) しょうゆ 酢 りんご だんご粉 豆腐 きな粉 砂糖 牛乳	豆腐だんご 牛乳
28 (金)	牛乳	チキンカレー こんにゃくサラダ チーズ グレープフルーツ	ごはん	米 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ カレールウ 糸こんにゃく ハム 人参 胡瓜 ごま マヨネーズ しょうゆ チーズ グレープフルーツ あられ 牛乳	あられ 牛乳
29 (土)	牛乳	五目ラーメン 海藻サラダ オレンジ	中華めん	中華めん 焼豚 もやし ナルト コーン ねぎ ウエイパー しょうゆ 海藻 キャベツ ポン酢 オレンジ お菓子 お茶	お菓子 お茶

スプーンマークのある日はスプーンを持ってきてください

エフロンマークのある日はエフロン・三角巾を持ってきてください

