



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
2 (木)	牛乳	豚のみそ煮 アスパラのしそ和え 白菜のすまし汁 パイナップル	ごはん	米 豚肉 大根 こんにやく ねぎ だし しょうゆ みそ 砂糖 アスパラ ゆかり 白菜 人参 玉ねぎ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル あられ 牛乳	あられ 牛乳
3 (金)	牛乳	ビーフカレー 春雨サラダ ヨーグルト オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 牛肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 しめじ カレールウ 春雨 ハム 人参 胡瓜 ごま 酢 砂糖 淡口しょうゆ ヨーグルト オレンジ ホットケーキミックス 卵 油 牛乳 砂糖 白桃缶 牛乳	もも蒸しパン 牛乳
4 (土)	牛乳	きつねうどん ほうれん草のおひたし グレープフルーツ	うどん	うどん あげ だし 砂糖 みりん しょうゆ かまぼこ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ほうれん草 かつお節 しょうゆ グレープフルーツ お菓子 お茶	お菓子 お茶
6 (月)	牛乳	白身魚の西京焼 小松菜の煮びたし 玉ねぎのみそ汁 りんご	ごはん	米 白身魚 白みそ みりん 酒 小松菜 人参 あげ だし 砂糖 しょうゆ 玉ねぎ 人参 白菜 ねぎ だし汁 みそ りんご ポテト 油 牛乳	フライドポテト 牛乳
7 (火)	牛乳	肉じゃが キャベツのなめたけ和え 麩のすまし汁 キウイ	ごはん	米 牛肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 糸こんにやく グリンピース だし 砂糖 しょうゆ みりん キャベツ なめたけ 麩 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ コーンフレーク 牛乳	コーンフレーク 牛乳
8 (水)	牛乳	親子丼 粉ふき芋 味付け小魚 オレンジ	麦入りごはん	米 大麦 鶏肉 人参 玉ねぎ ねぎ 卵 だし 砂糖 しょうゆ みりん じゃが芋 青のり 塩 味付け小魚 オレンジ せんべい 牛乳	おせんべい 牛乳
9 (木)	牛乳	野菜炒め 焼ポテト にゅうめん パイナップル	ごはん	米 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン しめじ もやし 中華あじ しょうゆ ポテト そうめん ねぎ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル りんごジュース アガー 砂糖 りんご 牛乳	りんごゼリー 牛乳
10 (金)	牛乳	チキンカレー ツナサラダ チーズ グレープフルーツ	ごはん	米 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 しめじ カレールウ キャベツ 胡瓜 水菜 ツナ缶 胡麻ドレッシング チーズ グレープフルーツ 食パン いちごジャム 牛乳	ジャムサンド 牛乳
11 (土)	牛乳	ミートスパゲティ わかめスープ バナナ	スパゲティ	スパゲティ 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ ケチャップ 砂糖 わかめ 玉ねぎ ねぎ 中華あじ 淡口しょうゆ バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
13 (月)	牛乳	鮭の塩麹焼 おから煮 白菜のみそ汁 パイナップル	ごはん	米 鮭 塩麹 おから 人参 ちくわ あげ こんにやく ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん 白菜 玉ねぎ 小松菜 だし汁 みそ パイナップル ビスケット(小麦・乳) 牛乳	ビスケット 牛乳
14 (火)	牛乳	ちくわの磯辺揚げ 三色おひたし 豆腐のすまし汁 キウイ	胡瓜巻	胡瓜巻 ちくわ 天ぶら粉 青のり 油 ほうれん草 人参 もやし ごま 砂糖 しょうゆ 豆腐 わかめ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ さつま芋 牛乳	ふかし芋 牛乳
15 (水)	牛乳	牛丼 小松菜の白和え 蒸しシューマイ りんご	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 人参 玉ねぎ ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん 木綿豆腐 人参 小松菜 ちくわ 糸こんにやく ごま 砂糖 しょうゆ シュウマイ りんご ホットケーキミックス 卵 牛乳 バナナ ケーキシロップ 牛乳	バナナホットケーキ 牛乳
16 (木)	牛乳	オムレット ブロッコリーのおひたし オニオンスープ グレープフルーツ	ソフトフランス	ソフトフランス 卵 ハム 人参 パプリカ ほうれん草 コンソメ 淡口しょうゆ ブロッコリー かつお節 しょうゆ 玉ねぎ パセリ 中華あじ 淡口しょうゆ グレープフルーツ えびせんべい 牛乳	えびせんべい 牛乳
17 (金)	牛乳	パンブキンカレー ホワイトサラダ 味付け小魚 オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ かぼちゃ カレールウ ブロッコリー カリフラワー りんご チーズ マヨネーズ ヨーグルト 味付け小魚 オレンジ 白桃缶 みかん缶 バイン缶 りんご バナナ キウイ 牛乳	フルーツ盛 牛乳
18 (土)	牛乳	ラーメン 白菜とえのきのポン酢和え バナナ	中華麺	中華麺 焼き豚 もやし コーン ナルト ねぎ ウエイパー しょうゆ 白菜 えのき ポン酢 バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
20 (月)	牛乳	赤魚のマヨしょうゆ焼 切干大根煮 きのこ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 赤魚 マヨネーズ しょうゆ 切干大根 人参 あげ 絹さや だし 砂糖 しょうゆ みりん しめじ えのき 舞茸 白菜 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ グレープフルーツ クッキー(小麦・卵・乳) 牛乳	クッキー 牛乳
21 (火)	牛乳	高野豆腐の含め煮 じゃこサラダ もやしのみそ汁 キウイ	ふりかけごはん	米 ふりかけ 高野豆腐 鶏肉 人参 大根 さつま芋 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん キャベツ 胡瓜 水菜 じゃこ 和風ドレッシング もやし 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ キウイ メロンパン(小麦・卵・乳) 牛乳	メロンパン 牛乳
22 (水)	牛乳	他人丼 三度豆のごま和え チーズ パイナップル	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 人参 玉ねぎ 卵 ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん 三度豆 ごま 砂糖 しょうゆ チーズ パイナップル ヨーグルト ウエハース(小麦・乳) お茶	ヨーグルト ウエハース お茶
23 (木) 誕生会	牛乳	ハンバーグ コーンサラダ キャベツスープ ゼリー いちご	ゆかりおにぎり	米 ゆかり 合挽きミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 卵 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖 キャベツ 胡瓜 水菜 コーン 和風ドレッシング キャベツ 人参 玉ねぎ コンソメ 淡口しょうゆ パセリ 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	(4・5才)ショートケーキ (乳児・3才)ワッフル 牛乳
24 (金)	牛乳	ポークカレー 海藻サラダ 味付け小魚 オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 しめじ カレールウ 海藻ミックス キャベツ ポン酢 味付け小魚 オレンジ マカロニ きな粉 砂糖 牛乳	マカロニきな粉 牛乳
25 (土)	牛乳	肉うどん キャベツのかつお和え バナナ	うどん	うどん 牛肉 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キャベツ かつお節 しょうゆ バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
27 (月)	牛乳	鯖のゴマ焼き ひじき煮 さつま芋のみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 鯖 胡麻ドレッシング ひじき 人参 あげ こんにやく ちくわ だし 砂糖 しょうゆ みりん さつま芋 玉ねぎ 人参 ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ サブレ(小麦・乳) 牛乳	サブレ 牛乳
28 (火)	牛乳	筑前煮 焼ししゃも 厚揚げのみそ汁 パイナップル	ごはん	米 鶏肉 人参 ごぼう レンコン こんにやく 絹さや だし 砂糖 しょうゆ みりん ししゃも 厚揚げ 玉ねぎ 小松菜 だし汁 みそ パイナップル 小麦粉 バター 卵 砂糖 ほうじ茶 ベーキングパウダー 牛乳	ほうじ茶のパウンドケーキ 牛乳
30 (木)	牛乳	コロッケ カラフルじゃこピーマン 中華スープ キウイ	ごはん	米 コロッケ ピーマン パプリカ じゃこ しょうゆ ゴマ油 春雨 人参 玉ねぎ 白菜 ねぎ 中華あじ 淡口しょうゆ キウイ 中華そば 豚バラ 人参 キャベツ ピーマン もやし ソース 牛乳	焼きそば 牛乳

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

