



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 (月)	牛乳	鯖のゴマ焼き 切干大根煮 豆腐のみそ汁 キウイ	ごはん	米 鯖 胡麻ドレッシング 切干大根 人参 あげ 絹さや だし 砂糖 しょうゆ みりん 豆腐 わかめ ねぎ だし汁 みそ キウイ せんべい カルビス(乳)	塩せんべい カルビス
4 (水)	牛乳	牛丼 マカロニサラダ 味付け小魚 梨	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 玉ねぎ ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん マカロニ ハム 人参 胡瓜 コーン マヨネーズ 味付け小魚 梨 ブリッツ(乳) りんごジュース さつま芋 牛乳	(4・5才)ブリッツ りんごジュース (乳児・3才)焼き芋 牛乳
5 (木)	牛乳	血うどん キャベツのゆかり和え オレンジ	いなり寿司	いなり寿司 揚げそば 豚肉 人参 玉ねぎ 白菜 しめじ もやし うずら卵 ねぎ 中華あじ しょうゆ キャベツ ゆかり オレンジ クッキー(卵・乳) 牛乳	クッキー 牛乳
6 (金)	牛乳	チキンカレー 大根サラダ ヨーグルト パイナップル	雑穀ごはん	米 雑穀 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 カレールウ 大根 胡瓜 水菜 和風ドレッシング ヨーグルト パイナップル 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
7 (土)	牛乳	きつねうどん ほうれん草のおひたし バナナ	うどん	うどん あげ だし 砂糖 しょうゆ みりん 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 バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
9 (月)	ヤクルト	赤魚のマヨしょうゆ焼き ひじき煮 豚汁 パイナップル	ごはん	米 赤魚 マヨネーズ しょうゆ ひじき 人参 あげ ちくわ こんにやく 絹さや だし 砂糖 しょうゆ みりん 豚肉 人参 大根 白菜 しめじ 小芋 ごぼう 糸こんにやく ねぎ だし汁 みそ パイナップル コーンフレーク(乳) 牛乳 ビスコ(乳) りんごジュース	(4・5才)コーンフレーク 牛乳 (乳児・3才)ビスコ りんごジュース
10 (火)	牛乳	豚じゃが(カレー味) めざし ゆでブロッコリー りんご	ごはん	米 豚肉 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 カレー粉 めざし ブロッコリー マヨネーズ りんご ビスケット(乳) 牛乳	ビスケット 牛乳
11 (水)	牛乳	親子丼 粉ふき芋 チーズ グレープフルーツ	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 チーズ グレープフルーツ 食パン 生クリーム みかん缶 バナナ キウイ 牛乳	フルーツサンド 牛乳
12 (木)	牛乳	牛肉のしぐれ煮 アスパラのゆかり和え わかめのみそ汁 オレンジ	ごはん	米 牛肉 人参 ごぼう 糸こんにやく 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん アスパラ ゆかり わかめ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ オレンジ えびせんべい 牛乳	えびせんべい 牛乳
13 (金)	牛乳	ポークカレー 海藻サラダ ヨーグルト キウイ	雑穀ごはん	米 雑穀 豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 カレールウ 海藻ミックス キャベツ ポン酢 ヨーグルト キウイ ぶどうジュース 白桃缶 アガー 砂糖 牛乳	ぶどうゼリー 牛乳
14 (土)	牛乳	ナポリタン もやしスープ 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 もやし ねぎ コンソメ 淡口しょうゆ バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
16 (月)	牛乳	白身魚の西京焼 かき玉汁 小松菜の煮びたし オレンジ	ごはん	米 白身魚 白みそ 酒 みりん 小松菜 人参 あげ だし 砂糖 しょうゆ みりん 卵 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ りんご ウエハース(乳) 牛乳	りんご・ウエハース 牛乳
17 (火)	牛乳	筑前煮 胡瓜の酢の物 にゅうめん 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 だし 砂糖 しょうゆ みりん 胡瓜 じゃこ わかめ 春雨 酢 砂糖 淡口しょうゆ そうめん ねぎ だし汁 淡口しょうゆ パイナップル せんべい(乳) 牛乳	せんべい 牛乳
18 (水)	牛乳	豚丼 三色おひたし チーズ グレープフルーツ	麦入りごはん	米 大麦 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん ほうれん草 人参 もやし ごま 砂糖 しょうゆ チーズ グレープフルーツ さつま芋 バター 砂糖 牛乳 パニラエッセンス 牛乳	スイートポテト 牛乳
19 (木)	牛乳	ポトフ ホワイトサラダ みかん	バケット	バケット ウィナー 人参 じゃが芋 玉ねぎ キャベツ コンソメ ブロッコリー カリフラワー りんご チーズ ヨーグルト マヨネーズ みかん あられ 牛乳	あられ 牛乳
20 (金)	牛乳	パンキンカレー ひじきサラダ 味付け小魚 梨	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 ひじき キャベツ 胡瓜 カイワレ ツナ 胡麻ドレッシング 味付け小魚 梨 小麦粉 バター 砂糖 卵 ベーキングパウダー 抹茶 栗 牛乳	抹茶パウンドケーキ 牛乳
21 (土)	牛乳	ラーメン 白菜のなめたけ和え バナナ	中華麺	中華麺 焼豚 もやし コーン ナルト ねぎ ウェイパー しょうゆ 白菜 なめたけ バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
24 (火)	牛乳	豚肉のみそ煮 春雨サラダ きのこ汁 みかん	ごはん	米 豚肉 天根 こんにやく ねぎ だし 砂糖 しょうゆ みりん みそ 春雨 ハム 人参 胡瓜 酢 砂糖 淡口しょうゆ しめじ えのき 舞茸 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ みかん 芋けんぴ 牛乳	芋けんぴ 牛乳
25 (水) 誕生会	牛乳	揚げギョウザ 揚げシュウマイ ブロッコリーのおひたし 白菜スープ ゼリー メロン	胡瓜巻	胡瓜巻 ギョウザ シュウマイ 油 ブロッコリー かつお節 しょうゆ 白菜 人参 玉ねぎ ねぎ コンソメ 淡口しょうゆ ゼリー メロン チョコケーキ(卵・乳) ワッフル(卵・乳) 牛乳	(4・5才)チョコケーキ (乳児・3才)ワッフル 牛乳
26 (木)	牛乳	高野豆腐の含め煮 焼きししゃも もやしのみそ汁 オレンジ	ふりかけごはん	米 ふりかけ 鶏肉 高野豆腐 人参 大根 さつま芋 三度豆 だし 砂糖 しょうゆ みりん ししゃも もやし 人参 ねぎ だし汁 みそ オレンジ 回転焼(卵・乳) 牛乳	回転焼 牛乳
27 (金)	牛乳	ビーフカレー 豆サラダ 焼ポテト グレープフルーツ	雑穀ごはん	雑穀 米 牛肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 カレールウ 大豆 人参 胡瓜 ちくわ マヨネーズ ポテト グレープフルーツ 米粉 ぐず粉 上新粉 白玉粉 砂糖 抹茶 牛乳	抹茶いろいろ 牛乳
28 (土)	牛乳	焼そば ワカメスープ バナナ	中華麺	中華麺 豚バラ 人参 キャベツ ピーマン もやし ソース わかめ 玉ねぎ 中華あじ 淡口しょうゆ バナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
30 (月)	牛乳	鮭の塩麹焼き 小松菜の白和え 麩のすまし汁 みかん	ごはん	米 鮭 塩麹 豆腐 小松菜 人参 ちくわ 糸こんにやく ごま 砂糖 しょうゆ 麩 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ みかん メロンパン(卵・乳) 牛乳	メロンパン 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



クッキングはありません