

8・9月 きゅうしょくこんだてひょう

新潟市立西幼稚園

日 (曜)	こんだて	エネルギーのもと		体をつくる		体の調子をととのえる	
		たんすいかぶつ	ししつ	たんばくしつ	むきしつ	ビタミン	
8/28 日 (金)	なつやさいカレーライス	米 ジャがいも さとう でん粉	油	とり肉		にんじん トマト	たまねぎ なす とうもろこし えだまめ にんにく
	フルーツカクテル						みかん もも パイン
	ぎゅうにゅう				牛乳		
31 日 (月)	えだまめじゃこごはん	米			ちりめんじゃこ		えだまめ
	もずくのみそしる			とうふ みそ	もずく	にんじん こまつな	えのきたけ
	じゃがいものきんぴら	さとう ジャがいも	油 ごま	ぶた肉		にんじん	ごぼう グリンピース こんにゃく
	ぶどうゼリー	さとう 水あめ					ぶどう
	ぎゅうにゅう				牛乳		
9/1 日 (火)	ごはん	米					
	たまねぎのみそしる			とうふ みそ		こまつな	えのきたけ たまねぎ
	あじフライ	でん粉 小麦粉	油	あじ			
	きりぼしだいこんのやきそばソースいため		油	ぶた肉		にんじん ピーマン	切りぼしだいこん もやし
	ぎゅうにゅう				牛乳		
2 日 (水)	しそごはん	米				しそ	
	みそワントンじる	ワントン(小麦粉)	油	ぶた肉 みそ		にんじん にら	たまねぎ もやし 長ねぎ
	なつやさいとくるまふのあげに	さとう でん粉	油	とり肉 くるまふ		かぼちゃ	なす えだまめ
	アップルシャーベット	さとう					りんご
	ぎゅうにゅう				牛乳		
3 日 (木)	コッペパン	小麦粉 さとう	ショートニング				
	ミネストローネ	マカロニ(小麦粉) さとう	油	とり肉 大豆		にんじん かぼちゃ トマト こまつな	たまねぎ キャベツ にんにく
	プレーンオムレツ	でん粉	油	たまご			
	ジャーマンポテト	じゃがいも	油	ベーコン			たまねぎ にんにく
	ぎゅうにゅう				牛乳		
4 日 (金)	カレーあじごはん	米	油				
	とりにくのクリームソース	米粉 さとう でん粉	油	とり肉 ベーコン いんげん豆	牛乳	にんじん	たまねぎ しめじ グリンピース
	ごま入りわかめサラダ		油 ごま		わかめ		とうもろこし キャベツ きゅうり
	メロン						メロン
	ぎゅうにゅう				牛乳		
7 日 (月)	ごはん	米					
	なつやさいじる	じゃがいも		ぶた肉 みそ		にんじん こまつな	たまねぎ なす
	ししゃもフライ	小麦粉	油		ししゃも		
	ごま入りはるさめサラダ	はるさめ さとう	油 ごま				もやし きゅうり とうもろこし
	ぎゅうにゅう				牛乳		
8 日 (火)	ごはん	米					
	じゃがいもじる	じゃがいも		生あげ みそ		にんじん	えのきたけ 長ねぎ
	とりにくのカレーやき			とり肉			
	ごまあえ	さとう	ごま			こまつな	もやし キャベツ
	ぎゅうにゅう				牛乳		
9 日 (水)	ちゅうかめん	めん(小麦粉)					
	みそラーメンスープ		油	ぶた肉 みそ		にんじん にら	たまねぎ もやし たけのこ 長ねぎ きくらげ しょうが にんにく
	カラフルビーンズ	さとう	油	大豆 みそ		にんじん ピーマン	こんにゃく
	れいとうパイン	さとう					パイン
	ぎゅうにゅう				牛乳		
10 日 (木)	ごはん	米					
	おやこに	じゃがいも さとう	油	とり肉 たまご くるまふ		にんじん	たまねぎ しいたけ たけのこ グリンピース こんにゃく
	てっかみそ	さとう	油	みそ 大豆		にんじん	ごぼう
	きゅうりのあまから						きゅうり

	ぎゅうにゅう				牛乳		
日 (曜)	こんだて	エネルギーのもと		体をつくる		体の調子をととのえる	
		たんすいかぶつ	ししつ	たんばくしつ	むきしつ	ビタミン	
11 日 (金)	ごはん	米					
	こまつなじる			とうふ みそ		にんじん こまつな	えのきたけ 長ねぎ
	メンチカツ	小麦粉 さとう	油	ぶた肉 大豆			たまねぎ しょうが
	シャキシャキサラダ	じゃがいも	アーモンド 油			にんじん	きゅうり
	ぎゅうにゅう				牛乳		
14 日 (月)	ごはん	米					
	わかめじる	じゃがいも		あさり 生あげ みそ	わかめ	にんじん	長ねぎ
	ハンバーグのケチャップに	さとう でん粉		ぶた肉 とり肉 大豆			たまねぎ
	アーモンドあえ	さとう	アーモンド			こまつな にんじん	キャベツ
	ぎゅうにゅう				牛乳		
15 日 (火)	ごはん	米					
	さわにわん	はるさめ		ぶた肉		にんじん こまつな	ごぼう えのきたけ たけのこ きくらげ しいたけ
	いわしのかばやき	でん粉 さとう	油	いわし			
	しそあえ					にんじん しそ	キャベツ
	ぎゅうにゅう				牛乳		
16 日 (水)	マーボーどん	米 さとう でん粉	油	ぶた肉 大豆 とうふ みそ		にんじん にら	長ねぎ しいたけ きくらげ たけのこ にんにく しょうが
	ごま入りきりぼしだいこんのナムル	さとう	油 ごま			にんじん	切りぼしだいこん きゅうり
	なし						なし
	ぎゅうにゅう				牛乳		
17 日 (木)	ごはん	米					
	もずくとたまごのスープ	でん粉		とうふ たまご	もずく	にんじん	えのきたけ 長ねぎ
	とりにくしおかからあげ	さとう でん粉	油	とり肉			にんにく
	ごもくきんぴら	さとう	油			にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん しいたけ きくらげ こんにゃく
	ぎゅうにゅう				牛乳		
18 日 (金)	ごはん	米					
	にくじゃが	じゃがいも さとう	油	ぶた肉		にんじん	たまねぎ えだまめ こんにゃく
	じゃここんぶ	さとう	アーモンド		こんぶ ちりめんじゃこ		
	そくせきづけ				わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり
	ぎゅうにゅう				牛乳		
24 日 (木)	わかめごはん	米			わかめ		
	チンゲンサイととうふのスープ			あさり とうふ		にんじん チンゲンサイ	しめじ きくらげ
	たらとだいずのチリソースに	さとう でん粉	油	すけとうたら 大豆		にんじん さやいんげん	たまねぎ にんにく しょうが
	チーズ				チーズ		
	ぎゅうにゅう				牛乳		
25 日 (金)	あきやさいかレーライス	米 さつまいも さとう でん粉	油	とり肉		にんじん	たまねぎ れんこん しめじ まいたけ えだまめ にんにく
	ひじきサラダ	さとう	油		ひじき		とうもろこし キャベツ きゅうり
	おつきみゼリー	さとう 水あめ	油		てんぐさ		みかん
	ぎゅうにゅう				牛乳		
28 日 (月)	ごはん	米					
	さつまじる	さつまいも		とり肉 とうふ みそ		にんじん こまつな	ごぼう 長ねぎ
	さばのみそに	さとう		さば みそ			しょうが
	わかめあえ				わかめ		キャベツ きゅうり
	ぎゅうにゅう				牛乳		
29 日 (火)	ごはん	米					
	とうふのちゅうかふうに	さとう でん粉	油	ぶた肉 とうふ		にんじん チンゲンサイ	しょうが しいたけ きくらげ はくさい 長ねぎ にんにく
	あつやきたまご	でん粉 さとう	油	たまご			
	もやしサラダ		油			にんじん	もやし とうもろこし きゅうり
	ぎゅうにゅう				牛乳		
30 日 (水)	ごはん	米					
	きのこじる	じゃがいも		とうふ 油あげ みそ		こまつな	なめこ 長ねぎ
	とりにくとだいずのごまがらめ	さとう でん粉	油 ごま	大豆 とり肉			しょうが
	ちゅうかきゅうり	さとう	油			にんじん	きゅうり

	ぎゅうにゅう				牛乳		
--	--------	--	--	--	----	--	--

※都合により、献立・使用食品を変更する場合がありますご了承ください。