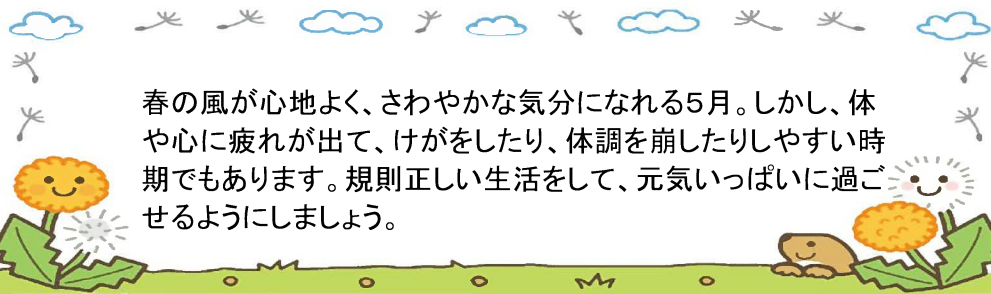


5がつきゅうしょくこんだてひょう

手作り
おやつ
このマークは



日	曜日	こんだてめい	赤色の食べ物	黄色の食べ物	緑色の食べ物	おやつ	手作り
2日	月	さんしょくどん・みそしるばななぎゅうにゅう	鶏ひき肉・卵 油揚げ・豆腐・みそ牛乳	米・油・砂糖	ほうれん草・カットわかめ たまねぎ・えのきたけ バナナ	クラッカー	
6日	金	かれーraisu よーぐるとあえぎゅうにゅう	牛肉・スキムミルク ヨーグルト 牛乳	米・押し麦・油 じゃがいも	たまねぎ・にんじん グリーンピース・みかん缶 パイン缶・バナナ	せんべい	
9日	月	ふれーどん・みそしる すなっぺえんどうさらだぎゅうにゅう	シーチキン・竹輪 油揚げ・豆腐・みそ牛乳	米・砂糖・ごま マヨネーズ じゃがいも	しょうが・すなっぺえんどう にんじん・カットわかめ えのきたけ	ビスケット	
10日	火	ごはん・さんまごまあげ しんじゃがいために・みにとまとぎゅうにゅう	サンマごま揚げ 豚肉 牛乳	米・じゃがいも 砂糖・油	にんじん・たまねぎ 枝豆・ミニトマト	鯉のぼり パン	
11日	水	ろーるばん・こまつなさらだ すばげていみーとそーすぎゅうにゅう	合挽肉 ベーコン 牛乳	ロールパン・油 スパゲティ・ごま マヨネーズ	にんじん・たまねぎ グリーンピース・トマト缶 小松菜・もやし	コーン フレーク	
12日	木	ごはん・さかなやさいあんかけ みそしる・てつぶんぜりーぎゅうにゅう	鮭・油揚げ 豆腐・みそ牛乳	米・でんぶん・油 砂糖・鉄分ゼリー	たまねぎ・にんじん さやいんげん・カットわかめ 白菜・しめじ	ミックス ジュース	
13日	金	ごはん・とりにくしおこうじてりやき すていっくやさい・ぼーくびーんずぎゅうにゅう	鶏肉・ベーコン 豚肉・茹大豆 牛乳	米・砂糖 マヨネーズ	にんじん・きゅうり たまねぎ・トマト缶	せんべい	
16日	月	えびひらふ・こんさいつくね ちんげんさいすーぶぎゅうにゅう	むきえび・焼き豚 根菜つくね・ベーコン 牛乳	米・バター	にんじん・たまねぎ ホールコーン・グリーンピース チンゲン菜	クラッカー	
17日	火	おべんとうび					
18日	水	こっぺばん・かぼちゃすーぶ すぺいんふうおむれつ・バナナ じゃむぎゅうにゅう	卵・ロースハム ベーコン 牛乳	コッペパン・ジャム じゃがいも	たまねぎ・トマト グリーンピース・かぼちゃ にんじん・バナナ	せんべい	
19日	木	ひじきごはん・にくどうふ みそしる ぎゅうにゅう	油揚げ・焼き豆腐 豚ひき肉・みそ牛乳	米・砂糖・麩	ひじき・にんじん・えのき 干しいたけ・たまねぎ ねぎ・カットわかめ・きゃべつ	コーン パンケーキ	
20日	金	ごはん・さかなねぎみそやき ほうれんそうなむる ぎゅうにゅう	鮭・みそ 牛乳	米・砂糖・ごま油 ごま	ねぎ・ほうれん草 もやし・もみのり	クリーム パン	
23日	月	えりんぎごはん・かきたまじる ちんげんさいさつとに ぎゅうにゅう	油揚げ・平天 卵・豆腐 牛乳	米・でんぶん	エリンギ・にんじん・ねぎ チンゲン菜・しめじ えのきたけ・ほうれん草	クッキー	
24日	火	ごはん・さばのかれーたつたあげ そえやさい・はるさめすーぶ ぎゅうにゅう	さばのかれー竜揚げ 豚肉 牛乳	米・マヨネーズ・油 春雨・でんぶん	ブロッコリー・にんじん 干しいたけ・ほうれん草	じゃこ トースト	
25日	水	こっぺばん・じゃむ・おれんじ さかなけちやつぶあん おおよとばんちゃさらだぎゅうにゅう	たら ロースハム 牛乳	コッペパン・ジャム でんぶん・油・ごま 番茶トレンジ	きゃべつ・きゅうり ホールコーン・オレンジ	ビスケット	
26日	木	ごはん・とりにくとたまごのもの おかあえ・みそしる ぎゅうにゅう	鶏肉・うずら卵 油揚げ・豆腐・みそ かつお節・牛乳	米・砂糖	大根・しょうが・にんにく ブロッコリー・カットわかめ えのきたけ	ちぢみ	
27日	金	はっしゅどびーふ つなこーんさらだ ぎゅうにゅう	牛肉 シーチキン 牛乳	米・押し麦・油 マヨネーズ	たまねぎ・にんじん さやいんげん・マッシュルーム ホールコーン・きゃべつ・きゅうり	豆乳 ドーナツ	
30日	月	のざわなチャーはん・おれんじ ちゅうかふうこーんすーぶ ぎゅうにゅう	ちりめんじゃこ 卵・焼き豚・かにか 牛乳	米・ごま・油 でんぶん	野沢菜漬け・たまねぎ クリームコーン缶・たけのこ ほうれん草・オレンジ	バナナ ケーキ	
31日	火	ごはん・ちゅうかふうあえもの きゃべつとぶたにくみそいため てつぶんぜりーぎゅうにゅう	豚肉・みそ さきいか・焼き豚 牛乳	米・油・砂糖 和風ドレッシング 鉄分ゼリー	きゃべつ・ピーマン・ねぎ しょうが・切干大根 にんじん・ほうれん草	新じゃが ポテト	



- ♪ 手作りおやつ材料 ♪
- 10日(火) 鯉のぼりパン・・・食パン・生クリーム・いちご
 - 12日(木) ミックスジュース・・・牛乳・みかん缶・パイン缶・バナナ
 - 19日(木) コーンパンケーキ・・・ホットケーキミックス・ホールコーン・ロースハム・ミックスチーズ・バター
 - 24日(火) じゃこトースト・・・食パン・ちりめんじゃこ・マヨネーズ
 - 26日(木) ちぢみ・・・チヂミミックス・にら・にんじん・しょうゆ・砂糖・酢・ごま油
 - 27日(火) 豆乳ドーナツ・・・ホットケーキミックス、豆乳、砂糖、油
 - 31日(火) 新じゃがポテト・・・新じゃが・油・塩