９月のこんだて

道伯幼稚園

			あか ち　や　にくになる たべもの	きいろ ちからのもとになる たべもの	みどり からだのちょうしを ととのえるたべもの
1	金	ぎょうざ　やきにくふういため ちくわに　もやしのおひたし フルーツ　ごはん	ミンチ　豚肉 あぶらあげ ぎょにく	こむぎこ ごま あぶら　こめ	キャベツ　たまねぎ ピーマン　にんじん もやし　ほうれんそう
4	月	とんかつ　いんげんのごまあえ とうにゅうがんも　こまつなのひじきあえ ミニゼリー　ごはん	ぶたにく とうにゅうがんも	こむぎこ　パンこ ごま あぶら　こめ	いんげん こまつな ひじき　にんじん
5	火	しろみざかなフライ　ナポリタンスパゲティー とりだんごに　ブロッコリーのコンソメに ミニえびフライ　ごはん	しろみざかな ウインナー ミンチ　えび	こむぎこ　パンこ スパゲティー あぶら　こめ	たまねぎ ピーマン ブロッコリー にんじん　コーン
6	水	マーボーどうふ　れんこんまんじゅう たまごやき　チンゲンサイのナムル プチドーナツ　ごはん	とうふ ミンチ たまご	こむぎこ　かたくりこ ごまあぶら あぶら　こめ	ねぎ　キャベツ れんこん チンゲンサイ もやし　コーン
7	木	ハムかつ　れんこんのあおのりあえ しおやきそば　ウインナー ミニゼリー　ごはん	ハム ぶたにく ウインナー	こむぎこ　パンこ めん あぶら　こめ	れんこん　にんじん コーン　あおのり チンゲンサイ
8	金	てりやきチキン　キャベツのドレッシングあえ やさいコロッケ　ごもくしんじょ プチデザート　わかめごはん	とりにく　たまご しんじょ チーズ	こむぎこ じゃがいも ドレッシング あぶら　こめ	たまねぎ　にんじん キャベツ　コーン ブロッコリー ひじき　れんこん
11	月	ハンバーグ　ごもくきんぴら チキンナゲット　あつあげに もっちーな　ごはん	ミンチ とりにく あつあげ	こむぎこ あぶら　こめ	たまねぎ　にんじん ごぼう　ピーマン こんにゃく
12	火	からあげ　バンサンスー しゅうまい　ハムステーキ プチやきいも　ごはん	とりにく ミンチ ハム	こむぎこ　かたくりこ はるさめ さつまいも あぶら　こめ	きゅうり にんじん　コーン たまねぎ
13	水	チンジャオロース　じゃがいものごまあえ ぎょうざ　にんじんさつまあげ ミニぶどうゼリー　ごはん	ぶたにく ミンチ ぎょにく	こむぎこ　かたくりこ じゃがいも　ごま あぶら　こめ	たけのこ　ピーマン コーン　にんじん ほうれんそう
14	木	とりつくね　ほうれんそうのおひたし かぼちゃてん　はながんも ミニゼリー　ごはん	とりミンチ たまご がんも	こむぎこ あぶら　こめ	たまねぎ　かぼちゃ ほうれんそう にんじん　ひじき
15	金	メンチカツ　にんじんきんぴら やきどうふ　はくさいのおかかあえ ビスケット　ごはん　**ゼリー　スプーン持参**	ミンチ とうふ	こむぎこ　パンこ あぶら　こめ	たまねぎ　にんじん はくさい ほうれんそう
19	火	ポークチャップ　ブロッコリーのごまあえ れんこんのてんぷら　こうやどうふに ミニゼリー　ごはん	ぶたにく こうやどうふ	こむぎこ ごま あぶら　こめ	たまねぎ　ピーマン ブロッコリー にんじん　れんこん
20	水	ドライカレー　きりぼしだいこんのゴマドレサラダ もちさくポテト　ウインナー チーズ　ごはん	ミンチ ウインナー チーズ	こむぎこ　かたくりこ ごまドレッシング じゃがいも あぶら　こめ	たまねぎ　にんじん ピーマン きりぼしだいこん きゅうり　コーン
21	木	いかフライ　こまつなあえ オムレツ　ごもくしんじょ フルーツ　ごはん	いか あぶらあげ たまご　しんじょ	こむぎこ　パンこ あぶら　こめ	こまつなあえ ひじき　にんじん ブロッコリー れんこん
22	金	カレーコロッケ　ミニハムステーキ ビビンバ　こんにゃくのおかかに ちくわのいそべあげ　ごはん	ハム ぶたにく ぎょにく	こむぎこ　パンこ じゃがいも カレーこ あぶら　こめ	ほうれんそう もやし　にんじん こんにゃく　コーン
25	月	てりやきハンバーグ　さといものにもの コーンフライ　ブロッコリーのスープに プリンゼリー　ごはん	ミンチ	こむぎこ　パンこ さといも あぶら　こめ	たまねぎ　コーン ブロッコリー にんじん
26	火	カレー　**スプーン持参**	ぶたにく	じゃがいも カレールウ あぶら　こめ	にんじん たまねぎ
27	水	ホイコーロー　にんじんしりしり おさつコロッケ　ウインナー プチケーキ　ごはん　**ゼリー　スプーン持参**	ぶたにく たまご　ツナ ウインナー	こむぎこ　パンこ さつまいも あぶら　こめ	キャベツ にんじん いんげん
28	木	チキンかつ　れんこんきんぴら ミートスパゲティー　たこやき オレンジゼリー　ごはん	とりにく ミンチ たこ　たまご	パンこ　こむぎこ ごま　やまいも スパゲティー あぶら　こめ	れんこん にんじん たまねぎ　ねぎ
29	金	からあげ　ごもくしゅうまい さばのしおやき　かまぼこ ミニゼリー　ごはん	とりにく　たまご ミンチ さば　ぎょにく	こむぎこ かたくりこ あぶら　こめ	にんじん しいたけ たけのこ

＊仕入れ等の都合により内容が変更することをご了承下さい

お米は国産米を使用致します。

＊カレーやゼリーのある日はスプーン持参して下さい。

鈴鹿市池田町１２３５番地

TEL（０５９）３８２－５３３３