1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
9	火	カレー	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
10	水	メンチカツ　　オムレツ ちくわに　　とうにゅうがんも しゅうまい　　ごはん	ミンチ たまご ぎょにく とうにゅうがんも	こむぎこ　パンこ ごま あぶら　こめ	たまねぎ にんじん たけのこ
11	木	ハンバーグ　　やさいコロッケ ブロッコリーのコンソメに　　ごもくしんじょ チーズ　　ごはん　　**ゼリー　（スプーン持参）**	ミンチ しんじょ チーズ	こむぎこ　パンこ じゃがいも あぶら　こめ	たまねぎ にんじん　コーン ブロッコリー れんこん　ひじき
12	金	チキンカツ　　ナポリタンペンネ こまつなのおひたし　　たまごやき ミニゼリー　　わかめごはん	とりにく ウインナー あぶらあげ たまご	こむぎこ　パンこ ペンネ あぶら　こめ	たまねぎ コーン ピーマン　にんじん こまつな　はくさい
15	月	からあげ　　にくだんご かぼちゃに　　きりぼしだいこんのマヨあえ ミニゼリー　　ごはん	とりにく ミンチ	こむぎこ　かたくりこ マヨネーズ あぶら　こめ	かぼちゃ だいこん にんじん いんげん
16	火	こんさいクリーミーフライ　ケチャップスパゲティー ブロッコリーのスープに　　ウインナー チーズ　　ごはん	ツナ ウインナー チーズ	こむぎこ　パンこ スパゲティー ホワイトルウ あぶら　こめ	にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン
17	水	ハムかつ　　しおやきそば ごもくきんぴら　　こうやどうふ パイン缶　　ごはん	ハム ぶたにく こうやどうふ	こむぎこ　パンこ ちゅうかめん あぶら　こめ	チンゲンさい にんじん ごぼう　ピーマン こんにゃく
18	木	マーボーどうふ　　ぎょうざ バンサンスー　　ハムステーキ エビフライ　　ごはん	ミンチ とうふ ハム　えび	こむぎこ　パンこ はるさめ あぶら　こめ	ねぎ　たまねぎ キャベツ きゅうり　もやし にんじん
19	金	とんかつ　　ごぼうのごまがらめ ナムル　　たまごやき ミニさつまいも　　ごはん	ぶたにく たまご	こむぎこ　パンこ ごま あぶら　こめ	ごぼう チンゲンサイ にんじん もやし　コーン
22	月	おやこに　　ほうれんそうのごまあえ さといもに　　てりやきミートボール ごはん	たまご とりにく ミンチ	こむぎこ さといも あぶら　こめ	たまねぎ　にんじん いんげん ほうれんそう はくさい
23	火	かぼちゃコロッケ　　やきそば れんこんのドレッシングあえ　　にんじんさつま チーズ　　ごはん	ぶたにく ぎょにく チーズ	こむぎこ　パンこ ちゅうかめん ドレッシング あぶら　こめ	かぼちゃ にんじん キャベツ れんこん　コーン
24	水	からあげ　　ビビンバ ブロッコリーのコンソメに　　ハムステーキ シュークリーム　　ごはん	とりにく ぶたにく ハム たまご	こむぎこ かたくりこ あぶら　こめ	もやし ほうれんそう にんじん ブロッコリー コーン
25	木	ハンバーグ　　チキンナゲット にんじんしりしり　　やきどうふ ミニゼリー　　ごはん	ミンチ とりにく たまご　ツナ とうふ	こむぎこ あぶら　こめ	たまねぎ にんじん いんげん
29	月	カレーコロッケ　　ミニチキン れんこんのあおのりあえ　　ごもくしんじょ もっちーな　　ごはん　**ゼリー　（スプーン持参）**	とりにく しんじょ たまご	こむぎこ　パンこ カレーこ じゃがいも あぶら　こめ	たまねぎ にんじん　れんこん ブロッコリー ひじき
30	火	チキンリング　　ナポリタンペンネ ほうれんそうのソテー　　とうもろこしのつまみあげ ミニポテト　　ごはん	とりにく ウインナー ぎょにく	こむぎこ じゃがいも ペンネ あぶら　こめ	たまねぎ ピーマン ほうれんそう にんじん　コーン
31	水	こんさいハンバーグ　　やさいはるまき じゃがいものひじきあえ　　ハムステーキ フルーツ　　ごはん	ミンチ ぶたにく ハム	こむぎこ じゃがいも あぶら　こめ	たまねぎ　にんじん れんこん　ごぼう たけのこ　しいたけ ひじき　コーン

＊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

三重県鈴鹿市池田町１２３５番地
TEL（０５９）３８２－５３３３