

ようび	月 11・25	火 12・26	水 13・27	木 14・28	金 1・15	土 2・16・30
こんだてめい	とりそぼろごはん かれーそてー さつまいもとたまねぎのみそしる	おこのみやき ぐだくさんじる	ごはん にこみはんぱーぐ おんやさい(ぶろっこりー・にんじん) はくさいとしめじのこんそめすーぶ	ぱん くりーむしちゅー きやべつとぶろっこりーのさらだ	ごはん とりてりやき ほうれんそうとはくさいのいそべあえ かぼちゃとえのきのみそしる	ふらんくふると べーこんえつぐ つなこーん ぎゅうにゅう ばなな
	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 薄力粉 15 15	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 ロールパン※卵・乳 2ヶ 2ヶ →卵乳ア) 南瓜パン	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 フランクフルト※卵乳 1ヶ 1ヶ ベーコンエッグ※卵乳 1ヶ ツナコーン※卵乳 1ヶ 1ヶ
ちゅうしょく	鶏ミンチ 10 8 濃口醤油 0.5 0.4 みりん 1 0.8 砂糖 1 0.8 土生姜 0.1 0.08 じゃが芋 35 28 人参 8 6.4 ピーマン 4 3.2 ホールコーン 3 2.4 油 1 0.8 カレー粉 0.08 0.06 塩 0.25 0.2 さつまいも 20 16 玉葱 12 9.6 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	B.P 0.5 0.4 水 20 16 塩 0.8 0.64 卵 30 24 豚ミンチ 33 26.4 キャベツ 57 45.6 葱 10 8 かつお粉 1.4 1.12 お好みソース 22 17.6 マヨネーズ※卵 10 8 →卵ア) マヨドレ あおのり 0.5 鰹節 0.5 0.4 しめじ 6 4.8 豆腐 15 12 大根 15 12 人参 8 6.4 葱 0.6 0.48 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96	合挽き肉 35 28 玉ねぎ 24 19.2 パン粉 8 6.4 卵 10 8 ナツメグ 少々 少々 塩 0.08 0.06 デミグラスソース缶 10 8 ホールトマト缶 5 4 コンソメ 0.24 0.19 ウスターソース 1.5 1.2 ブロッコリー 20 20 人参 12 12 白菜 20 16 しめじ 8 6.4 パセリ 0.4 0.32 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8	ベーコン 12 10 じゃが芋 35 28 人参 15 12 玉葱 35 28 しめじ 10 8 コンソメスープ 80 64 白みそ 2.5 2 牛乳 20 16 →乳ア) 豆乳 生クリーム※乳 4 3.2 マーガリン※乳 5 4 薄力粉 5 4 ほうれん草 8 6.4 きやべつ 10 8 ブロッコリー 10 8 ホールコーン 3 2.4 マヨネーズ※卵 5 4 →卵ア) マヨドレ レモン汁 0.8 0.64 粉チーズ※乳 0.8 0.6 塩 0.05 0.04	鶏もも肉(すきやき用) 60 48 生姜汁 0.2 0.16 砂糖 2 1.6 濃口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 ほうれん草 15 12 白菜 25 20 人参 8 6.4 刻み海苔 0.3 0.24 濃口醤油 1.2 0.96 みりん 0.3 0.24 南瓜 20 16 えのき 4 3.2 葱 0.6 0.48 米味噌 6.5 5.2 だし汁 120 96	ツナコーン※卵乳 1ヶ 1ヶ 南瓜パン 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5 *りす・ひよこ・アレルギー児 牛乳 100 100 →乳ア) 豆乳 バナナ 1/2本 1/2本
	おやつ	ぎゅうにゅう きよみおれんじ/ばなな くつきー	おちゃ ゆかりおにぎり ちーず	ぎゅうにゅう ふらいどぼてと ちーず	ぎゅうにゅう おやき	よーぐると あげまる/せんべい
牛乳 100 100 →乳ア) 豆乳 清見オレンジ 1/6ヶ バナナ 1/2本 動物園クッキー 15 12 豆乳クッキー 1p *ひよこ		お茶 100 100 六分米 40 40 ゆかり 0.3 0.3 白ゴマ 4 4 チーズ 5 5	牛乳 100 100 →乳ア) 豆乳 さつまいも 70 70 揚げ油 適宜 適宜 塩 5 5 チーズ 10 5	牛乳 100 100 →乳ア) 豆乳 六分米 15 15 米みそ 2 2 薄力粉 8 8 水 7 7 油 1 1 砂糖 2 2 みそ 2 2 水 0.5 0.5	ヨーグルト・加糖 78 78 →乳ア) 豆乳ヨーグルト あげまる 1ヶ しょうゆせんべい 1枚 *ばんだ	牛乳 100 100 →乳ア) 豆乳 塩せんべい 2枚 2枚 *りす・ばんだ・幼児 ベビースティック 1p *ひよこ 豆乳クッキー 2枚 2枚 *全クラス
	<後期> 豆乳クッキー 2枚	<後期> ベビースティック 1p	<後期> 豆乳クッキー 2枚	<後期> ベビースティック 1p	<後期> 豆乳クッキー 2枚	<後期> 豆乳クッキー 2枚

★ゆうしょくはきりん組の献立です。子ども達も読むので献立名はひらがなにしています。ご了承ください。
★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。家庭で作られる際の参考にしてください。(オモテ・ウラあります)
★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。

☆2016ねんど4がつ きゅうしょくこんだてひょう☆

共栄保育園・みのり園

ようび	月 4・18	火 5・19	水 6・20	木 7・21	金 8・22	土 23
こんだてめい	ごはん にくじゃが ぶろっこりーのおかかあえ あぶらあげとはくさいのみそしる	わかめうどん ぽてとさらだ	ごはん さけてりやき しらあえ きりぼしだいこんのすましじる	のりごはん おむれつ おんやさい(さつまいも・ぶろっこりー) あぶらあげとしめじのみそしる	ごはん しゅうまい きやべつとこまつなのなむる わかめとえのきのみそしる	さんどいっち つなさんど ばなな きやべつとしめじのこんそめすーぶ ちーず
	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 うどんゆで 150 100	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 サンドイッチ※卵乳 1ヶ 1ヶ
ちゅうしょく	牛もも肉 20 16 人参 20 16 玉葱 20 16 馬鈴薯 40 32 油 1 0.8 砂糖 2 1.6 塩 0.2 0.16 濃口醤油 3.5 2.8 みりん 2 1.6 だし汁 30 24	わかめ 0.4 0.3 豚肩ロース肉 10 8 人参 6 4.8 たけのこ水煮 8 6.4 葱 1 0.80 薄口醤油 8 6 だし汁 140 112 じゃが芋 30 24 きゅうり 10 8 ツナフレーク 5 4 卵 10 8 豆乳 2 1.6 マヨネーズ※卵 5 4 →卵ア)マヨドレ 塩 0.1 0.08	サケ 40 32 砂糖 0.8 1 濃口醤油 2 2 みりん 2 2 小松菜 15 12 人参 8 6 つきこんにく 6 5 豆腐 15 12 白胡麻 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 塩 0.2 0.4 薄口醤油 0.5 0.5 切干大根 2.5 2 葱 0.6 0.48 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96	卵 40 32 →卵ア)豆腐・鶏ミンチ 鶏ミンチ 8 6.4 玉葱 20 16 人参 8 6.4 パセリ 0.6 0.48 砂糖 0.6 0.48 塩 0.4 0.32 酒 0.3 0.24 だし汁 5 4 ケチャップ 10 8 さつま芋 20 20 ブロッコリー 20 20 油揚げ 3 2.4 しめじ 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚ミンチ 30 24 玉葱 15 12 葱 1 0.8 生姜汁 0.5 0.4 薄口醤油 1.6 1.28 胡麻油 0.5 0.4 片栗粉 6 4.8 グリンピース 1 0.8 きやべつ 20 16 しめじ 8 6.4 パセリ 0.4 0.32 水 120 96 小松菜 8 6.4 砂糖 2.5 2 濃口醤油 1.6 1.28 米酢 1.6 1.28 胡麻油 0.2 0.16 わかめ 0.2 0.16 えのき 3 2.4 葱 0.6 0.48 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	南瓜パン 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5 *りす・ひよこ・アレルギー児 バナナ 1/2本 1/2本 きやべつ 20 16 しめじ 8 6.4 パセリ 0.4 0.32 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 チーズ※乳 10 10
	ブロccoli 30 24 かつお節 0.5 0.4 濃口醤油 0.5 0.4 油揚げ 3 2.4 白菜 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96					
さいりょう	プロccoli 30 24 かつお節 0.5 0.4 濃口醤油 0.5 0.4 油揚げ 3 2.4 白菜 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96					
こんだてめい	ぎゅうにゅう みかんゼリー	ぎゅうにゅう ねじりんぼう/かるてつせんべい ちーず	ふる一つよーぐると せんべい/くつきー	ぎゅうにゅう いちご びすけつと/せんべい	ぎゅうにゅう きなこさんど ちーず	ぎゅうにゅう せんべい くつきー
	牛乳 100 100 →乳ア)豆乳 オレンジジュース 25 20 水 10 8 粉寒天 0.3 0.24 グラニュー糖 2.5 2 みかん缶 50 40	牛乳 100 100 →乳ア)豆乳 ねじりん棒 12 12 *幼児・ぼんだ ベビースティック 1p *ひよこ・りす チーズ※乳 10 5	ブルガリアヨーグルト 80 80 みかん缶 60 60 バナナ 50 50 せんべい・しょうゆ味 1枚 1枚 豆乳クッキー 1p *ひよこ・りす	牛乳 100 100 →乳ア)豆乳 いちご 3個 3個 ミレービスケット 15 10 ベビースティック 1p *ひよこ	牛乳 100 100 →乳ア)豆乳 南瓜パン 1個 1個 マーガリン※乳 2 2 乳ア)いちごジャム きなこ 1 1 砂糖 1 1 チーズ※乳 5 5	牛乳 100 100 →乳ア)豆乳 塩せんべい 2枚 2枚 *りす・ぼんだ・幼児 ベビースティック 1p *ひよこ 豆乳クッキー 2枚 2枚 *全クラス
おやつ	カルテツせんべい 1p	カルテツせんべい 1p	カルテツせんべい 1p	豆乳クッキー 2枚	カルテツせんべい 1p	豆乳クッキー 2枚

★ゆうしょくはきりん組の献立です。子ども達も読むので献立名はひらがなにしています。ご了承ください。
★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。家庭で作られる際の参考にしてください。(オモテ・ウラあります。)
★材料・仕入れなどの関係で献立を変更する場合があります。

☆2016年度4月きりん給食献立表☆ みのり園

ようび	月 11・25	火 12・26	水 13・27	木 14・28	金 1・15	土 2・16・30	
きりんぐみゆうしよく	こんだてめい	びびんぱ だいこんすーぶ ばなな	ごはん さわらつつたあげ じゃこさらだ あぶらあげとうふのみそしる	ぎゅうどん わかめさらだ しとたまねぎのみそ いちご	ふりかけごはん ちくぜんに かきたまじる よーぐると	ごはん さけまよねーずやき ひじきに わかめとうふのすましじる りんご	まーぼーどんぶり かきたまじる よーぐると
	りゆうしよく	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40
さいりょう	牛肉	35 28	さわら	牛もも肉	鶏もも肉・すき焼き用	サケ	豆腐
	土生姜	0.8 0.64	土生姜	人参	れんこん	塩	豚ミンチ
きりんぐみゆうしよく	砂糖	1.5 1.2	濃口醤油	玉葱	ちくわ	玉葱	人参
	濃口しょうゆ	3 2.4	酒	しめじ	人参	パセリ	葱
さいりょう	ほうれん草	25 20	薄力粉	三つ葉	ごぼう	マヨネーズ	しめじ
	人参	15 12	片栗粉	だし汁	里芋	牛乳	土生姜
きりんぐみゆうしよく	もやし	10 8	揚げ油	砂糖	三度豆	粉チーズ	にんにく
	白胡麻	0.8 0.64	きやべつ	薄口醤油	だし汁	ひじき	ごま油
さいりょう	三温糖	0.2 0.16	小松菜	みりん	砂糖	れんこん	赤味噌
	濃口しょうゆ	1 0.8	ちりめんじゃこ	わかめ	薄口醤油	油揚げ	砂糖
きりんぐみゆうしよく	きざみのり	0.7 0.56	白ごま	きやべつ	みりん	みりん	濃口醤油
	わかめ	0.2 0.16	米酢	ホールコーン	片栗粉	小松菜	だし汁
さいりょう	大根	10 8	濃口醤油	砂糖	卵	ごま油	片栗粉
	葱	0.5 0.4	砂糖	塩	葱	砂糖	わかめ
きりんぐみゆうしよく	薄口醤油	0.2 0.16	米酢	塩	葱	薄口醤油	卵
	中華スープ	1.5 1.2	油揚げ	米酢	塩	みりん	葱
さいりょう	水	120 96	豆腐	油	薄口醤油	だし汁	薄口醤油
	バナナ	1/2本 1/2本	葱	もやし	みりん	だし汁	わかめ
きりんぐみゆうしよく			米みそ	玉葱	だし汁	わかめ	豆腐
			だし汁	葱	ヨーグルト・加糖	豆腐	人参
さいりょう			葱	米みそ		葱	玉葱
			だし汁	だし汁		塩	人参
きりんぐみゆうしよく			いちご・M	いちご		薄口醤油	じゃがいも
						みりん	白菜
さいりょう						だし汁	玉葱
						りんご	
きりんぐみゆうしよく						りんご	
りゆうしよく	豆腐	さわら	豆腐	鶏ミンチ・豆腐	しらす	<おじや> しらす	
りゆうしよく	人参	きやべつ	人参	人参	玉葱	しらす	
りゆうしよく	大根	じゃがいも	玉葱	ブロッコリー	人参	人参	
りゆうしよく	ほうれん草	人参	きやべつ	白菜	じゃがいも	白菜	
りゆうしよく						玉葱	
ようび	月 4・18	火 5・19	水 6・20	木 7・21	金 8・22	土 23	
きりんぐみゆうしよく	こんだてめい	ごはん はっぼうさい かきたまじる りんご	ごはん さばみそに たきあわせ はくさいとみつばのすましじる よーぐると	ごはん ぶたにくみそいため とうふとほうれんそうのすましじる ちーず	みーとすばげてい おんやさいさらだ じゃがいものこんそめすーぶ ばなな	ごはん からあげ こーるすろー はくさいとたまねぎのみそしる りんご	はやしらいす つなさらだ よーぐると
	りゆうしよく	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	スパゲティ 35	六分米 50 40	六分米 50 40
さいりょう	豚ロース肉	20 16	サバ	豚ロース肉	合びき肉	鶏もも肉	牛もも肉
	土生姜	0.5 0.4	料理酒	にんにく	玉葱	生姜汁	人参
きりんぐみゆうしよく	にんにく	0.5 0.4	土生姜	土生姜	人参	濃口醤油	玉葱
	人参	15 12	水	玉葱	しめじ	酒	グリーンピース
さいりょう	玉葱	12 9.6	砂糖	人参	にんにく	薄力粉	油
	白菜	30 24	米みそ	しめじ	土生姜	片栗粉	ハヤシルウ
きりんぐみゆうしよく	しめじ	8 6.4	みりん	小松菜	ハヤシルウ	油	水
	三度豆	4 3.2	料理酒	ごま油	ケチャップ	0	0
さいりょう	ごま油	1 0.8	人参	米みそ	ウスターソース	きやべつ	ツナ
	薄口しょうゆ	2 1.6	南瓜	みりん	水	きゅうり	きやべつ
きりんぐみゆうしよく	酒	2 1.6	さつま芋	豆腐	ツナ	ホールコーン	ピーマン
	鶏がらスープ	1 0.8	白菜	ほうれん草	きやべつ	塩	ホールコーン
さいりょう	水	適宜 適宜	三つ葉	塩	人参	砂糖	砂糖
	片栗粉	適宜 適宜	だし汁	薄口醤油	ブロッコリー	ヨーグルト※乳	塩
きりんぐみゆうしよく	卵	10 8	みりん	みりん	ごまドレ	0	米酢
	葱	0.5 0.4	塩	だし汁	白ごま	白菜	油
さいりょう	だし汁	120 96	薄口醤油	だし汁	白ごま	三つ葉	ヨーグルト・加糖
	塩	0.3 0.24	みりん	チーズ	馬鈴薯	米みそ	塩
きりんぐみゆうしよく	薄口しょうゆ	1.8 1.44	ヨーグルト・加糖		ホールコーン	だし汁	0.24 0.192
	みりん	1 0.8			コンソメ	りんご	1 0.8
さいりょう	りんご	1/6ヶ 1/6ヶ			薄口醤油	りんご	1.6 1.28
					水		
きりんぐみゆうしよく					バナナ		
りゆうしよく	豆腐	サワラ	豆腐	豆腐	鶏ミンチ・豆腐	<おじや> しらす	
りゆうしよく	人参	人参	玉葱	玉葱	白菜	しらす	
りゆうしよく	玉葱	南瓜	人参	人参	人参	人参	
りゆうしよく	白菜	白菜	ほうれんそう	きやべつ	きやべつ	白菜	