

☆2016年度8月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園☆

曜日	月	火	水	木	金	土
日	8・22	9・23	10・24	25	12・26	13・27
献立名	ごはん ちゃんちゃんやき ぶろっこりーのおんやさい とうふとほうれんそうのすましじ ちーず	おこのみやき わかめとたまふのみそしる ばなな	ごはん とりてりやき ごまずあえ かぼちゃとたまねぎのみそしる ちーず	のりごはん かきあげ みそさらだ きりぼしだいこんのすましじる	なつやさいかれー こーるすろー	やきそば ぐだくさんじる ちーず *13日はお弁当給食になります。
	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食
屋 食	サケ 40 32 人参 8 6.4 玉ねぎ 12 9.6 しめじ 8 6.4 キャベツ 20 16 葱 0.5 0.4 米みそ 3 2.4 酒 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1 三温糖 1.5 1 塩 少々 少々 バター※乳 1.5 1 水 適宜 適宜	B.P 0.5 0.4 かつお粉 1.4 1.12 豆乳 20 16 塩 0.4 0.32 卵 30 24 豚ミンチ 30 24 きゃべつ 60 48 葱 10 8 お好みソース 15 12 マヨネーズ※卵 10 8 →卵ア)マヨドレ あおのり 0.5 0.4 鰹節 0.5 0.4 さくらえび・干 2	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 生姜汁 0.2 0.16 濃口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 砂糖 2 1.6 ほうれん草 25 20.0 人参 8 6.4 しめじ 8 6.4 白ゴマ 1 0.8 三温糖 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1.2 米酢 1 0.8	かえりちりめん 6 ちりめんじゃこ 5 さつま芋 18 14.4 人参 12 9.6 玉葱 8 6 三度豆 8 6 薄力粉・小麦 10 8 B.P 0.4 0.32 冷水 10 8 揚げ油 5 4 きゃべつ 20 16 きゅうり 8 6.4 もやし 10 8 砂糖 0.1 0.08 米みそ 2 1.6 米酢 1 0.8 サラダ油 0.5 0.4 切干大根 3 2.4 三つ葉 0.5 0.4 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96	鶏ミンチ 30 24 玉葱 30 24 なす 20 16 南瓜 20 16 トマト缶 20 16 カレールウ※乳 10 8 →乳ア)乳なしカレールウ 水 60 48 きゃべつ 30 24 胡瓜 5 4 ホールコーン 5 4 塩 0.2 0.16 砂糖 0.8 0.64 ヨーグルト*乳 5 4	豚ロース肉 24 19.2 きゃべつ 30 24 人参 12 9.6 玉ねぎ 12 9.6 ピーマン 6 4.8 塩 0.24 0.19 ウスターソース 6 4.8 お好みソース 6 4.8 焼き豆腐 20 16 大根 15 12 人参 6 4.8 しめじ 6 4.8 葱 0.5 0.4 米みそ 7.5 6.0 だし汁 120 96 チーズ・乳 10 5
	材 料	材 料	材 料	材 料	材 料	材 料
献立名	ふるーつよーぐると くつきー	おちゃ ゆかりおにぎり ちーず	ぎゅうにゅう すいか/りんご せんべい	ぎゅうにゅう こくとうかんぱん(幼児) くつきー(乳児)	ぎゅうにゅう かるびすぜりー ちーず	ぎゅうにゅう くつきー せんべい
	お や つ	お や つ	お や つ	お や つ	お や つ	お や つ
材 料	ヨーグルト・乳 80 80 →乳ア)豆乳ヨーグルト みかん缶 60 60 豆乳クッキー 2枚 2枚	お茶 100 100 六分米 30 30 ゆかり 1 1 チーズ・乳 10 10	牛乳 120 100 →乳ア)調整豆乳 すいか 80 りんご 1/6個 ベビースティック 2枚 2枚	牛乳 120 100 →乳ア)調整豆乳 かんぱん 5ヶ 黒砂糖 3 水 1 豆乳クッキー 4枚	牛乳 120 100 →乳ア)調整豆乳 かるびすウォーター 25 20 水 10 8 粉寒天 0.35 0.28 チーズ・乳 10 10	牛乳 120 100 →乳ア)調整豆乳 豆乳クッキー 2枚 2枚 しょうゆせんべい 2枚 2枚 *幼児・ぼんだ ベビースティック 1p *りす・ひよこ
	材 料	材 料	材 料	材 料	材 料	材 料

☆2016年度8月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園☆

曜日	月	火	水	木	金	土
日	1・29	2・30	3・17・31	4・18	5・19	6・20
	ごはん じゃこふりかけ けんちんに たまねぎともやしのみそしる ちーず	ごはん ちんじゃおろーす まかろにさらだ はるさめすーぷ	ごはん さわらみそづけやき ゆかりあえ わかめとたまふのすましじる	にくうどん ぽてとさらだ	ごはん にこみはんばーぐ おくらとかぼちゃのおんやさい こーんすーぷ	ふらんくふると ベーこんえつぐ つなこーん つなさんど ぎゅうにゅう ばなな
主食	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 ゆでうどん 150 100	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 フランクフルト 1ヶ 1ヶ ツナコーン 1ヶ 1ヶ
材料	ちりめんじゃこ 5 4 薄口醤油 0.5 0.4 ごま油 0.3 0.24 鶏もも肉・すきやき用 35 28 れんこん 12 9.6 竹輪※卵 15 12 →卵ア)完了 焼き豆腐 人参 20 16 さといも 20 16 アスパラガス 4 3.2 だし汁 45 36 三温糖 3 2.4 薄口醤油 6 4.8 みりん 2 1.6 片栗粉 適宜 適宜 玉葱 15 12 もやし 8 6 葱 0.5 0 米みそ 6.5 5 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 5	牛もも肉 20 16 みりん 2 1.6 薄口しょうゆ 2.4 1.92 しょうが汁 0.5 0.4 筍水煮 8 6.4 ピーマン 6 4.8 玉ねぎ 12 9.6 片栗粉 適宜 適宜 三温糖 0.5 0.4 酒 1 0.8 薄口しょうゆ 1.2 0.96 ごま油 0.6 0.48 マカロニ 8 6.4 ハム※卵 5 4 きゅうり 10 8 人参 10 8 マヨネーズ※卵 3 2.4 →卵ア)マヨドレ 塩 適宜 適宜 チンゲンサイ 12 9.6 春雨 1.2 1.0 ホールコーン 5 4 薄口醤油 0.2 0.16 鶏ガラスープの素 1.5 1.2 水 120 96	さわら 40 32 米みそ 5 4 三温糖 0.6 0 みりん 1 1 人参 8 6 白菜 15 12 人参 8 6 もやし 5 4 ゆかり 0.5 0 鰹節 0.5 0 白ゴマ 0.5 0 わかめ 0.2 0 玉葱 0.8 1 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96	牛もも肉 10 8 薄口醤油 0.5 0.4 みりん 0.5 0.4 三温糖 0.5 0.4 人参 8 6 玉葱 10 8 きゃべつ 20 16 しめじ 5 4 葱 1 1 薄口醤油 8 6 だし汁 140 112 じゃが芋 30 24 胡瓜 12 9.6 ツナフレーク 5 4 卵 10 8 豆乳 2 1.6 マヨネーズ※卵 2.5 2 →卵ア)マヨドレ 塩 0.1 0.08	合挽ミンチ 35 28 玉ねぎ 25 20 パン粉 4 3.2 豆乳 4 3.2 卵 10 8 ナツメグ 適宜 適宜 塩 0.2 0.16 まいたけ 8 6.4 水 5 4 コンソメ 0.24 0.19 砂糖 0.5 0.4 トマト缶 5 4 デミグラスソース 10 8 ウスターソース 1.5 1.2 オクラ 8 6.4 南瓜 30 24 コーンクリーム缶 60 48 牛乳 100 80 →卵ア)調整豆乳 塩 0.8 0.64	ベーコンエッグ 1ヶ *乳・卵・小麦ア) 南瓜パン 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5 *ひよこ・りす・アレルギー児 牛乳 100 100 →卵ア)調整豆乳 バナナ 1/2本 1/2本 デミグラスソース 10 8 ウスターソース 1.5 1.2 オクラ 8 6.4 南瓜 30 24 コーンクリーム缶 60 48 牛乳 100 80 →卵ア)調整豆乳 塩 0.8 0.64
献立名	ぎゅうにゅう じゃことーすと	ぎゅうにゅう すいか・さかなつこ (幼児) りんご・びすけつと (乳児)	よーぐると くつきー	おちゃ さけおにぎり ちーず	ぎゅうにゅう あられ / ぼーろかぼちゃ ちーず	ぎゅうにゅう りんご せんべい
おやつ	牛乳 120 100 →卵ア)調整豆乳 食パン8枚切り※乳/2枚 1/2枚 →卵ア)かぼちゃぱん マヨネーズ※卵 5 4 →卵ア)マヨドレ しらす 5 4 刻みのり 1 0.8	牛乳 120 100 →卵ア)調整豆乳 すいか 80 さかなつこ・味付 5 りんご 1/6ヶ ミレービスケット 12	ヨーグルト・加糖 78 78 →卵ア)豆乳ヨーグルト 豆乳クッキー 2枚 2枚	お茶 100 100 六分米 30 30 塩 0.1 0.1 サケフレーク 8 8 白胡麻 0.5 0.5 チーズ※乳 10 10	牛乳 120 100 →卵ア)調整豆乳 ひじきあられ 12 ポーロかぼちゃ 10 チーズ*乳 10 10	牛乳 120 100 →卵ア)調整豆乳 りんご 1/6ヶ 1/6ヶ しょうゆせんべい 1枚 1枚 *幼児・ぱんだ ベビースティック 1p *りす・ひよこ



☆2016年度8月給食献立表☆ きりんぐみ☆

曜日	月	火	水	木	金	土
日	8-22	9-23	10-24	25	12-26	13-27
献立名	たこらいす ふらいどぽてと こんそめすーぷ めろん	ひやしうどん てんぷら ふる一つぼんち (9日) よーぐると (23日)	ふりかけごはん いりどうふ ちーずやき みそしる	ごはん さばしおやき なむる じゃがいもとしめじのみそしる よーぐると	ひじきごはん ぶたにくとみそいため わかめとたまふのすましじる りんご	ちゃーはん こんそめすーぷ よーぐると
主 食	六分米 幼児 50 乳児 40	ゆでうどん 幼児 150 乳児 100	六分米 幼児 50 乳児 40	六分米 幼児 50 乳児 40	六分米 幼児 50 乳児 40	六分米 幼児 50 乳児 40
きりん組夕食	合びき肉 50 40 にんにく 0.2 0.2 酒 6 4.8 水 15 12.0 ケチャップ 7 5.6 ウスターソース 1 0.8 トマト 15 12.0 きゃべつ 15 12.0 ホールコーン 5 4.0 ミックスチーズ※乳 10 8.0 オクラ 8 6.4	ツナ缶 5 4 きゅうり 10 8 トマト 15 12 人参 8 6.4 錦糸卵 5 4 ハム 6 4.8 ホールコーン 5 4 もやし 10 8 めんつゆ 適量 適量 鶏もも肉 40 32 かぼちゃ 12 9.6 オクラ 10 8 さつまいも 12 9.6 てんつゆ 適量 適量 天ぷら粉 15 12 水 15 12 サラダ油 3 2.4 塩 少々 少々 ふる一つぼんち *9日 ヨーグルト・加糖 78 78 *23日	豚ロース肉 10 8 豆腐 45 36 玉葱 18 14.4 人参 12 9.6 しめじ 6 4.8 こまつな 12 9.6 卵 25 20 油 1 0.8 砂糖 2.5 2 薄口醤油 4.5 3.6 ブロッコリー 20 16 ウインナー 2本 1本 とろけるチーズ※乳 適宜 適宜 白菜 15 12 もやし 8 6.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	さば 40 30 塩 0.3 0.24 ほうれん草 30 24 小松菜 10 8 人参 8 6.4 砂糖 2 1.6 濃い口醤油 1.6 1.28 米酢 1.6 1.28 ごま油 0.2 0.16 じゃが芋 20 16 しめじ 8 6.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78	ひじき 1 0.8 みりん 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 塩 0.2 0.16 豚ロース肉 40 32.00 きゃべつ 20 16 人参 12 9.6 玉葱 15 12 ピーマン 8 6.4 ごま油 1 0.8 米みそ 2 1.6 みりん 2 1.6 わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.64 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 りんご 1/6個 1/6個	鮭フレーク 10 8 玉葱 10 8 ホールコーン 3 2.4 葱 0.5 0.4 卵 10 8 ごま油 1.5 1.2 薄口醤油 0.5 0.4 塩 0.2 0.16 酒 2 1.6 じゃが芋 20 16 わかめ 0.2 0.16 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 ヨーグルト・乳 78 78
材 料	さつまいも 30 24.0 じゃが芋 30 24.0 サラダ油 適宜 適宜 塩 適宜 適宜 じゃが芋 30 24.0 人参 4 3.2 パセリ 0.2 0.2 水 120 96.0 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 メロン 80 80	さつまいも 12 9.6 てんつゆ 適量 適量 天ぷら粉 15 12 水 15 12 サラダ油 3 2.4 塩 少々 少々 ふる一つぼんち *9日 ヨーグルト・加糖 78 78 *23日	とろけるチーズ※乳 適宜 適宜 白菜 15 12 もやし 8 6.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78	わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.64 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 りんご 1/6個 1/6個	ヨーグルト・乳 78 78
曜日	月	火	水	木	金	土
日	1-29	2-30	3-17-31	4-18	5-19	6-20
献立名	ごはん さけまよねーずやき つなさらだ じゃがいもとしめじのみそしる よーぐると	ごはん みーとろーふ おかかあえ こんそめすーぷ ちーず	ごはん とりしおこうじやき おからさらだ とうふのみそしる めろん	まーぼーどんぶり しらすあえ かきたまじる よーぐると	ごはん すどり じゃこぴーまん きりぼしだいこんのすましじる ばなな	やきうどん よーぐると
主 食	六分米 幼児 50 乳児 40	六分米 幼児 50 乳児 40	六分米 幼児 50 乳児 40	六分米 幼児 50 乳児 40	六分米 幼児 50 乳児 40	うどん 幼児 60 乳児 50
きりん組夕食	サケ 40 32 塩 0.1 0.08 たまねぎ 1 0.8 パセリ 0.5 0.4 マヨネーズ※卵 5 4 牛乳 2 1.6 パルメザンチーズ※乳 1.5 1.2 ツナ缶 8 6.4 きゃべつ 20 16 人参 8 6.4 ブロッコリー 10 8 ゴマドレッシング 10 8 じゃが芋 30 24 しめじ 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・乳 78 78	合いびき肉 30 24 塩 0.15 0.12 ナツメグ 適宜 適宜 パン粉 3 2.4 豆乳 5 4 玉葱 15 12 人参 2 1.6 サラダ油 0.5 0.4 しめじ 3.5 2.8 ホールコーン 2 1.6 トマトピューレ 3 2.4 ウスターソース 3 2.4 ほうれん草 25 20 オクラ 8 6.4 鰹節 0.5 0.4 薄口醤油 0.8 0.64 ベーコン 5 4 きゃべつ 20 16 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 チーズ※乳 10 10	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 塩こうじ 3 2.4 おから 15 12 砂糖 1.4 1.1 塩 0.3 0.2 薄口しょうゆ 0.8 0.6 だし汁 6 5 玉ねぎ 12 10 人参 10 8 胡瓜 20 16 マヨネーズ * 卵 2 1.6 豆腐 15 12 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 10	豆腐 65 24 豚ミンチ 20 16 人参 12 9.6 玉ねぎ 10 8 葱 5 4 れんこん 5 4 にんにく 0.2 0.16 しょうが 0.2 0.16 ごま油 1 0.80 赤みそ 2.5 2 砂糖 1 0.8 こいくち醤油 5 4 だし汁 15 12 かたくり粉 適宜 適宜 わかめ 3 2.4 卵 0.5 0.4 葱 0.3 0.24 塩 0.3 0.24 うすくち醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 ヨーグルト・乳 78 78	鶏もも肉・唐揚げ用 40 32 薄口醤油 1.5 1.2 生姜汁 0.3 0.24 かたくり粉 適宜 適宜 油 1 0.8 人参 15 12 玉葱 20 16 馬鈴薯 30 24 しめじ 8 6.4 れんこん 10 8 ピーマン 8 6.4 ホールコーン 5 4 だし汁 40 32 砂糖 2 1.6 みりん 1.5 1.2 塩 0.2 0.16 薄口醤油 2 1.6 トマトケチャップ 4 3.2 酢 2 1.6 片栗粉 2 1.6 ちりめんじゃこ 2 1.6 ピーマン 15 12 白ゴマ 1 0.8 ごま油 1 0.8 砂糖 0.3 0.24 薄口醤油 0.6 0.48 切り干し大根 3 2.4 三つ葉 0.5 0.4 塩 0.3 0.24 うすくち醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 10 バナナ 1/2本 1/2本	豚ロース肉 24 19 きゃべつ 30 24 人参 12 10 玉葱 12 10 ピーマン 6 5 塩 0.24 0 ウスターソース 6 5 お好みソース 6 5 ヨーグルト・加糖 78 78
材 料	さつまいも 30 24.0 じゃが芋 30 24.0 サラダ油 適宜 適宜 塩 適宜 適宜 じゃが芋 30 24.0 人参 4 3.2 パセリ 0.2 0.2 水 120 96.0 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 メロン 80 80	さつまいも 12 9.6 てんつゆ 適量 適量 天ぷら粉 15 12 水 15 12 サラダ油 3 2.4 塩 少々 少々 ふる一つぼんち *9日 ヨーグルト・加糖 78 78 *23日	とろけるチーズ※乳 適宜 適宜 白菜 15 12 もやし 8 6.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78	わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.64 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 りんご 1/6個 1/6個	ヨーグルト・乳 78 78