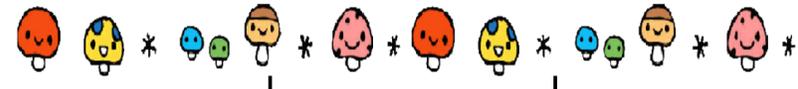


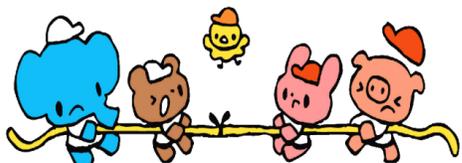
☆2016ねんど10がつきゅうしょくこんだてひょう☆

曜日	月 24	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28	土 15
献立名	きのこのたきこみごはん <b>かきあげ すましじる ちーず</b>	<b>ごはん</b> さけなんばんあげ しらあえ こんそめすーぷ ちーず	<b>ふりかけごはん</b> けんちんに みそしる	さつまいもごはん(13日) くりごはん(27日) とりてりやき ぶろっこりーのおかかあえ <b>すましじる</b>	<b>やきそば</b> ぐだくさんじる ちーず	<b>くろっくむっしゅ</b> つなさんど ばなな ぎゅうにゅう
	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 ふりかけ 5 5	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 焼きそば麺 60 50	幼児 乳児 クロックムッシュ※卵乳 3ヶ 2ヶ (→卵乳ア)
主食	しめじ 8 6 まいたけ 8 6 油揚げ 3 2 ごぼう 3 2 塩 0.3 0.2 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 だし汁	サケ 40 32 片栗粉 4 3.2 油 適宜 適宜 砂糖 1.8 1.44 米酢 3 2.4 濃口醤油 3 2.4 だし汁 3 2.4 片栗粉 適宜 適宜	豚ロース肉 20 16 焼豆腐 50 40 大根 30 24 人参 20 16 里芋 25 20 三度豆 4 3 だし汁 60 48 砂糖 2 1.6 薄口醤油 8 6.4 みりん 2 1.6 料理酒 1.2 0.96	さつまいも 20 16 塩 0.1 0.08 ごま(いりごま)・黒 0.4 0.32 くり 20 16 塩 0.1 0.08 ごま(いりごま)・黒 0.4 0.32 鶏もも肉・すき焼き用 60 48 生姜汁 0.2 0.16 砂糖 3 2.4 濃口醤油 3 2.4 みりん 1.5 1.2	豚ロース肉 25 20 きゃべつ 30 24 人参 12 9.6 玉葱 12 9.6 ピーマン 6 4.8 塩 0.2 0.16 ウスターソース 6 4.8 お好みソース 6 4.8 焼豆腐 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 だし汁 120 96	南瓜パン 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5 牛乳 100 100 (→乳ア)豆乳 バナナ 1/2本 1/2本
	かえりちりめん 6 ちりめんじゃこ 2 さつま芋 18 14.4 人参 12 9.6 玉葱 8 6 三度豆 8 6 薄力粉 10 8 冷水 10 8 卵 4.5 3.6 B.P 0.4 0.32 わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.64 だし汁 120 96 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 1 チーズ※乳 5 5	小松菜 15 12 人参 10 8 つきこんにやく 6 4.8 豆腐 15 12 白ごま 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 塩 0.2 0.16 薄口醤油 0.5 0.4 きゃべつ 20 16 しめじ 8 6.4 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口しょうゆ 1 0.8 チーズ※乳 5	えのき 10 8 小松菜 12 9.6 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	ブロッコリー 25 20 三度豆 8 6.4 鰹節 0.5 0.4 濃口醤油 0.5 0.4 切り干し大根 3 2.4 三つ葉 0.5 0.4 だし汁 120 96 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 1	チーズ※乳 5 5	
材料	<b>ぎゅうにゅう</b> <b>りんご</b> どらやき / くっきー	<b>ぎゅうにゅう</b> きなこまかに	<b>ぎゅうにゅう</b> むしばん	ふる一つよーぐると <b>せんべい</b>	<b>おちゃ</b> さけおにぎり ちーず	<b>ぎゅうにゅう</b> くっきー せんべい
	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 りんご 1/6個 1/6個 ミニどら焼き※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)豆乳クッキ 2枚 豆乳クッキー 2枚 *ひよこ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 マカロニ 15 12 きな粉 4 3.2 砂糖 3 2.4 塩 0.1 0.08	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ホットケーキミックス 16 12.8 ベーキングパウダー 0.1 0.08 黒砂糖 2 1.6 水 12 9.6	ヨーグルト※乳 80 80 みかん缶 60 60 ベビースティック 2枚 2枚	お茶 100 100 六分米 50 40 塩 0.1 0.08 サケフレーク 8 6.4 チーズ※乳 10 10	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 豆乳クッキー 2枚 2枚 しょうゆせんべい 1枚 1枚 ベビースティック 2枚 *ひよこ
献立名						
材料						



☆2016ねんど10がつきゅうしょくこんだてひょう☆

曜日	月 3・17・31	火 4・18	水 5・19	木 6・20	金 7・21	土 22
献立名	ごはん さわらみそづけやき いそべあえ みそしる	のりごはん にくじゃが ぶろっこりーのおんやさい みそしる ちーず	たまごとじうどん じゃーまんぽてと	ごはん かばやき こまつなのすのもの みそしる	かつかれー / かれーらいす ふれんちさらだ ちーず	さんどいっち つなさんど ぎゅうにゅう ばなな *8日はお弁当になります。
	主食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40 のり	幼児 乳児 うどんゆで 150 100	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 →卵乳ア)
	屋食	さわら 40 32 米みそ 5 4 砂糖 0.6 0.48 みりん 1 0.8 ほうれんそう 20 8 小松菜 20 16 人参 10 6.4 きざみのり 0.3 0.24 濃口醤油 1.2 0.8 みりん 0.3 0.24 南瓜 15 0.24 玉葱 12 9.6 三つ葉 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	牛もも肉 30 24 人参 20 16 玉葱 20 16 じゃが芋 60 48 しめじ 8 6.4 油 1 0.8 砂糖 2.6 2.08 塩 0.1 0.08 濃口醤油 4.6 3.68 みりん 2.6 2.08 だし汁 40 32 ブロッコリー 25 20 わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.64 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 10	卵 15 12 人参 8 4 しめじ 8 6.4 玉葱 8 葱 2 2 薄口醤油 8 4.8 だし汁 140 112.0 ベーコン 6 4.8 じゃが芋 30 24 玉葱 6 4.8 塩 0.05 0.04 マーガリン※乳 1.8 1.44 小松菜 15 12	アジ 40 サワラ 32 薄力粉 4 3.2 揚げ油 1.6 1.28 三温糖 2.4 1.92 濃口醤油 1.2 0.96 みりん 1.2 0.96 だし汁 1.2 0.96 小松菜 25 20 ほうれんそう 8 6.4 白ごま 1 0.8 砂糖 1 0.8 薄口醤油 1 0.8 米酢 0.6 0.48 玉葱 15 12 しめじ 6 5 油揚げ 3 2 米みそ 6.5 5 だし汁 120 96	ヒレカツ※卵乳 1/2枚 1/2枚 *7日のみ →卵乳ア)ウィンナー 豚ミンチ 20 16 人参 20 16 玉葱 30 24 じゃが芋 40 32 カレールウ※乳 10 8 →乳ア)乳なしカレールウ 水 60 48 ブロッコリー 35 28 三度豆 6 5 ホールコーン 5 4 レーズン 0.8 0.64 米酢 2 1.6 油 2 1.6 塩 0.3 0.24 砂糖 0.8 0.64 チーズ※乳 10 10
献立名	ぎゅうにゅう さかなっこ/ポーロかぼちゃ ちーず	よーぐると せんべい	ぎゅうにゅう ふかしいも ちーず	ぎゅうにゅう ばなな どーなつ	ぎゅうにゅう ぶどうぜりー	ぎゅうにゅう くっきー せんべい
	おやつ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さかなっこ 5 ポーロかぼちゃ 10 チーズ※乳 5 5	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト ベビースティック 2枚 2枚	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さつまいも 60 60 塩 適宜 適宜 チーズ※乳 5 0	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1本 1/2本 カルテッドーナツ※卵乳 2個 1個 →卵乳ア)ベビーステック	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ブドウジュース 25 20 水 10 8 粉寒天 0.3 0.24 グラニュー糖 2.5 2



★10/7(金) 運動会の前日、  
うどん会がんばれ!  
メニューとして、  
「自分に勝つ!(ゴロ合わせで)」  
カツカレーを食べます!  
給食室からも応援しま  
す!

★2016年度10月きりん給食献立表★ みのり園

曜日	月	火	水	木	金	土	
日	3・17・31	4・18	5・19	6・20	7・21	22	
きりん組夕食	献立名	ごはん ちんじゃおろーす ちーずやき ちゅーかすーぶ	ごはん さけさいきょうやき こうやどうふのたまごとじ みそしる ばなな	ごはん ちくぜんに じゃこぴーまん みそしる りんご	ごはん ぶたさつま みそしる よーぐると	ごはん とりのおいすたーそーすやき おかかあえ こんそめすーぶ ちーず	きのこすばげっていー おんやさい よーぐると
	主食	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	スパゲティ 35 28
きりん組夕食	材料	牛もも肉 40 32 みりん 3 2.4 薄口しょうゆ 3 2.4 しょうが汁 0.5 0.4 筍水煮 10 8 ピーマン 8 6.4 玉ねぎ 15 12 片栗粉 適宜 適宜 三温糖 0.7 0.56 酒 1.2 0.96 薄口しょうゆ 1.4 1.12 ごま油 0.8 0.64 ブロッコリー 20 16 さつまいも 20 16 スライスチーズ 適宜 適宜 チンゲン菜 10 8 大根 8 6.4 コーン 2 1.6 水 120 96 中華スープ 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.16	サケ 40 32 酒 適宜 適宜 白みそ 6 4.8 みりん 4 3.2 高野豆腐 6 4.8 南瓜 40 32 人参 20 16 小松菜 10 8 だし汁 30 24 砂糖 1.2 0.96 塩 0.23 0.184 薄口醤油 2.5 2 みりん 2 1.6 卵 10 8 えのき 8 6.4 玉葱 12 9.6 みみそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	鶏もも肉・すき焼用 35 28 れんこん 12 9.6 ちくわ※卵 15 12 人参 20 16 しめじ 8 6.4 三度豆 4 3.2 だし汁 45 36 砂糖 3 2.4 薄口醤油 6 4.8 みりん 2 1.6 片栗粉 適宜 適宜 ちりめんじゃこ 3 2.4 ピーマン 15 12 白ごま 1 0.8 ごま油 1 0.8 砂糖 0.3 0.24 薄口醤油 0.6 0.48 白菜 15 12 油揚げ 3 2.4 葱 0.5 0.4 みみそ 6 4.8 だし汁 120 96 りんご 1/6個 1/6個	豚ロース 35 28 砂糖 1 0.8 薄口醤油 2.5 2 みりん 2.5 2 さつま芋 30 24 かぼちゃ 20 16 しめじ 8 6.4 三度豆 4 3.2 わかめ 0.2 0.16 豆腐 15 12 ほうれんそう 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78	鶏もも肉・唐揚げ月 60 48 にんにく 0.1 0.08 オイスターソース 5 4 ほうれんそう 30 24 にんじん 8 6.4 かつお節 0.5 0.4 薄口醤油 1 0.64 きゃべつ 20 16 えのき 4 3.2 パセリ 0.4 0.32 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 0.8 0.64 チーズ※乳 10 10	しめじ 6 4.8 マッシュルーム 6 4.8 玉葱 6 4.8 ホワイトソース 適宜 適宜 ブロッコリー 30 24 じゃが芋 30 24 塩 適宜 適宜 青のり 適宜 適宜 ヨーグルト・加糖 78 78
	献立名	ごはん ぶたにくみそいため みそしる かき / ばなな	ごはん おむれつ さつまいもとかぼちゃのさらだ みそしる ふる一つぜりー(11日) りんご(25日)	さんしょくごはん やさしいため すましじる よーぐると	ごはん さわらたつたあげ しらあえ みそしる ちーず	ぱん くりーむしちゅー ほうれんそうのさらだ ばなな	はやしらいす おんやさい よーぐると
きりん組夕食	主食	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	ロールパン 50 南瓜パン 2個	六分米 50 40
	材料	豚ロース肉 40 32 にんにく 0.3 0.24 土生姜 0.3 0.24 玉葱 20 16 人参 8 6.4 しめじ 5 4 小松菜 10 8 ごま油 1 0.8 みみそ 2 1.6 みりん 2 1.6 じゃがいも 15 12 玉葱 10 8 みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 柿 1/6ヶ バナナ 1/2本	卵 40 32 鶏ミンチ 8 6.4 にんじん 8 6.4 玉葱 20 16 パセリ 0.6 0.48 チーズ※乳 5 4 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 かぼちゃ 20 16 さつまいも 40 32 マヨネーズ※卵 4 3.2 塩 0.08 0.064 豆腐 15 12 ねぎ 0.5 0.4 みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ふる一つぜりー 1個 1個 *11日 りんご 1/6個 1/6個 *25日	牛ミンチ 25 20 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 卵 20 16 三温糖 少々 少々 塩 少々 少々 ほうれん草 12 9.6 だし汁 適量 適量 塩 適量 適量 きゃべつ 35 28 人参 8 6.4 ピーマン 4 3.2 玉葱 10 8 塩 0.2 0.16 にんにく 0.2 0.16 オイスターソース 1 0.8 油 適宜 適宜 わかめ 0.2 0.16 玉葱 0.8 0.64 葱 0.5 0.4 だし汁 120 96 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 1 ヨーグルト・加糖 78 78	サワラ 40 32 土生姜 1 0.8 濃口醤油 2 1.6 料理酒 2 1.6 薄力粉 3 2.4 片栗粉 3 2.4 青のり 0.2 0.16 揚げ油 3 2.4 小松菜 15 12 人参 10 8 つきこんにやく 6 4.8 豆腐 15 12 白ごま 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 塩 0.2 0.16 薄口しょうゆ 0.5 0.4 じゃがいも 30 24 えのき 4 3.2 みみそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 10	鶏もも肉 30 24 じゃが芋 40 32 人参 20 16 玉ねぎ 40 32 しめじ 8 6.4 クリームシチュールウ※乳 15 12 牛乳 50 40 水 適宜 適宜 ほうれん草 30 24 人参 8 6 ホールコーン 5 4 塩 0.3 0 砂糖 0.8 1 油 2 2 米酢 2 2 バナナ 1/2本 1/2本	牛もも肉 30 24 人参 20 16 玉葱 40 32 グリーンピース 2 1.6 油 2 1.6 ハヤシルウ 20 16 水 60 48 ブロッコリー 20 16 ヨーグルト・加糖 78 78



★数値は、子ども1人あたりの分量(g)です。★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。