

☆2016ねんど11がつきゅうしょくこんだてひょう☆

ようひ	14・28	1・15・29	2・16・30	17	4・18	19						
ひ	14・28	1・15・29	2・16・30	17	4・18	19						
こんだてめい	ごはん おむれつ ちんじゃおろーす はるさめすーぷ ちーず	かれーうどん さつまいもさらだ	ごはん さばのしょうがに きりほしだいこんに みそしる	ごはん ぶたさつま ほうれんそうのごまずあえ かきたまじる	ごはん とりのかおりあげ おかかあえ みそしる	さんどいっち つなさんど ぎゅうにゅう ばなな *5日はお弁当給食になります						
しゅく	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 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 南瓜パン 2ヶ						
おやじ	卵 45 36 →卵ア)鶏ミンチ・豆腐 玉葱 20 16 人参 7 6 パセリ 0.6 0.5 塩 0.3 0.2 酒 0.3 0 ケチャップ 適宜 適宜 牛もも肉 20 16 みりん 1.5 1.2 薄口しょうゆ 1.5 1.2 しょうが汁 0.3 0.24 筍水煮 5 4 ピーマン 4 3.2 玉ねぎ 8 6.4 片栗粉 適宜 適宜 三温糖 0.4 0.32 酒 0.6 0.48 薄口しょうゆ 0.7 0.56 ごま油 0.4 0.32 チンゲンサイ 12 9.6 春雨 1.2 1.0 薄口醤油 0.2 0.16 鶏ガラスープの素 1.5 1.2 水 120 96 チーズ※乳 5 0	豚ロース肉 15 12 人参 8 6.4 玉葱 20 16 葱 2 1.6 カレールウ※乳 →乳ア)乳なしカレールウ 薄口醤油 6 4.8 だし汁 140 112 さつまいも 30 24 玉葱 4 3 卵 8 6.4 レーズン 0.8 0.6 ブロッコリー 15 12.0 チーズ※乳 5 5 マヨネーズ※卵 6 4.8 →卵ア)マヨドレ 塩 0.08 0.1 	サバ 40 32 酒・下味 0.7 0.56 土生姜 0.5 0.4 水 40 32 砂糖 3.5 2.8 みりん 4.5 3.6 酒 3.8 3.04 切干大根 3 2.4 人参 8 6.4 油揚げ 2 1.6 小松菜 10 8 ちりめんじゃこ 3 2.4 ごま油 0.5 0.4 だし汁 20 16 砂糖 0.6 0.48 薄口しょうゆ 1.5 1.2 みりん 0.5 0.4 わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.6 葱 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚ロース肉 20 16 砂糖 1 0.8 薄口醤油 3 2.4 みりん 3 2.4 さつまいも 40 32 油 1 1 しめじ 8 6 三度豆 6 5 ほうれん草 25 20 人参 8 6 しめじ 8 6 いりごま 1 1 砂糖 1.5 1 薄口しょうゆ 1.5 1 米酢 1 1 わかめ 0.4 0.3 卵 15 12 →卵ア)豆腐 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96	鶏もも肉・すき焼用 60 48 土生姜 0.2 0.16 濃口醤油 1.2 0.96 酒 1.2 0.96 薄力粉 5 4 片栗粉 5 4 揚げ油 3 2.4 あおのり 5 4 ほうれん草 30 24 小松菜 8 6 人参 8 6 かつお節 0.5 0.4 薄口醤油 0.8 0.64 油揚げ 15 12 大根 15 12 しめじ 8 6.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	ツナフレーク 8 マヨドレ 5 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1/2本 1/2本						
こんだてめい	ぎゅうにゅう びすけつと	おちゃ しらすおにぎり ちーず	よーぐると さかなっこ/くつきー	ぎゅうにゅう きなこさんど ちーず	ぎゅうにゅう ふかしいいも ちーず	ぎゅうにゅう くつきー せんべい						
おやじ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ミレービスケット 15 12	六分米 30 24 ちりめんじゃこ 2.5 2 小松菜 5 4 ごま油 0.5 0.4 いりごま 0.5 0.4 三温糖 0.15 0.12 薄口しょうゆ 0.3 0.24 チーズ※乳 10 5	ヨーグルト※乳 80 80 →乳ア)豆乳ヨーグルト さかなっこ 5 豆乳クッキー 2枚	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 南瓜パン 60 60 きな粉 1 1 三温糖 1 1 マーガリン※乳 2 2 →乳ア)いちごジャムパン チーズ※乳 5 0	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さつまいも 60 60 塩 適宜 適宜 チーズ※乳 10 0	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 ポーロかぼちゃ 10 *ひよこ						
												

☆2016ねんど11がつきゅうしょくこんだてひょう☆

ようひ	7・21	8・22	9	10・24	11・25	12・26
ひ	はやしらいす まめまめさらだ ちーず	ふりかけごはん おでん わかめとふのみそしる ちーず	ごはん さけなんばんあげ おからさらだ みそしる ちーず	かやくごはん てんぷら しらあえ みそしる	ぱん くりーむしちゅー ふれんちさらだ ちーず	くろつくむっしゅ つなさんど ぎゅうにゅう ばなな
こんだてめい	幼児 乳児 六分米 50 40 人参	幼児 乳児 六分米 50 40 ふりかけ(ゆかり) 5 5	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 南瓜パン 2ヶ 2ヶ	幼児 乳児 クロックムッシュ※卵乳 2ヶ 2ヶ 南瓜パン 2ヶ
ちゅうしょく	牛もも肉 30 24 玉葱 60 48 土生姜 0.5 0.4 にんにく 0.5 0.4 りんご 4 3.2 マーガリン※乳 4 4 薄力粉 4 4 ケチャップ 4 3.2 トマトピューレ 4 3.2 ウスターソース 4 3.2 砂糖 0.8 0.8 塩 0.3 0.32 薄口醤油 0.2 0.24 コンソメスープ 65 52 大豆水煮 15 12 玉葱 10 8 人参 5 4 胡瓜 10 8 ホールコーン 4 3.2 パセリ 1 0.8 砂糖 0.4 0.3 油 3 2.4 米酢 3.5 2.8 塩 0.3 0.2 チーズ※乳 5 0	鶏もも肉・すき焼用 35 28 大根 40 32 じゃが芋 30 24 厚揚げ 20 16 こんにゃく 10 8 三度豆 4 3 砂糖 3 2.4 塩 0.1 0.08 薄口醤油 6 4.8 みりん 2 1.6 だし汁 50 40 わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.64 三つ葉 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 5 0	さけ 40 32 片栗粉 4 3.2 揚げ油 適宜 適宜 砂糖 1.8 1.44 酢 3 2.4 濃口醤油 3 2.4 だし汁 3 2.4 片栗粉 適宜 適宜 おから 15 12 砂糖 1.4 1.12 塩 0.3 0.24 薄口しょうゆ 0.8 0.64 だし汁 6 4.8 玉ねぎ 12 9.6 人参 10 8 胡瓜 10 8 マヨネーズ※卵 2 1.6 →卵ア)マヨドレ 南瓜 25 20 玉葱 15 12 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 5 0	ごぼう 10 8 油揚げ 3 7 しめじ 8 6.4 人参 6 4.8 塩 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 だし昆布 さつま芋 40 32 ウインナー 2本 2本 薄力粉 10 8 B.P 0.4 0.32 冷水 10 8 卵 4.5 3.6 揚げ油 5 4 小松菜 15 12 人参 10 8 つきこんにゃく 6 4.8 豆腐 15 12 砂糖 1.5 1.2 塩 1.5 1.2 薄口しょうゆ 0.5 0.4 えのき 6 4.8 じゃが芋 25 20 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	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 ほうれん草 10 8 コンソメスープ 80 64 白みそ 2.5 2 牛乳 20 16 生クリーム※乳 4 3.2 マーガリン※乳 5 4 →乳ア)豆乳 薄力粉 5 4 ブロッコリー 25 20 人参 8 6 コーン 8 6 砂糖 0.6 0.5 塩 0.2 0.2 米酢 1.0 0.8 油 1.6 1.3 チーズ※乳 10 0	ツナフレーク 8 マヨドレ 5 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1/2本 1/2本
こんだてめい	ぎゅうにゅう ちーずむしばん	ぎゅうにゅう すいーとぽてと	ぎゅうにゅう ばなな びすけつと/ぼーろかぼちゃ	ぎゅうにゅう りんご どーなつ	ふるーつよーぐると さかなっこ/くつきー	ぎゅうにゅう くつきー せんべい
おやつ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ホットケーキミックス 20 20 豆乳 20 20 チーズ※乳 10 10 →乳ア)マヨドレ ホールコーン 5 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さつまいも 75 75 鶏卵 2.4 2.4 バター※乳 7.2 7.2 牛乳 8.4 8.4 三温糖 3.6 3.6 バニラエッセンス 適宜 適宜 →卵乳ア)お米deスイーツポテト	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1本 1/2本 ミレービスケット 15 15 ポーロかぼちゃ 10	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 りんご 1/6ヶ 1/6ヶ 煮りんご 1/6ヶ *ひよこりす カルテツドーナツ※卵乳 2個 1個 →卵乳ア)ベビースティック	ヨーグルト※乳 80 80 →乳ア)豆乳ヨーグルト みかん缶 60 60 さかなっこ 5 豆乳クッキー 2枚 (ひよこ)	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 ポーロかぼちゃ 10 (ひよこ)



☆2016ねんど11がつきゅうしょくこんだてひょう☆みのり園

ようひ	げつ 14・28	か 1・15・29	すい 2・16・30	もく 17	きん 4・18	ど 5・19																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
こんだてめい	ふりかけごはん けんちんに じゃがいものみそしる みかん/バナナ	ごはん とりなんばん ひじきに よーぐると	ちゅうかどんぶり はるさめさらだ だいこんすーぷ ちーず	ごはん ころっけ きゃべつのふれんちさらだ とうふとなめこのみそしる よーぐると	ごはん ぶりてりやき まかろにさらだ きゃべつのみそしる ばなな	なぼりたん こんそめすーぷ よーぐると																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: 8px;"> <tr> <th style="width: 5%;">主食</th> <th style="width: 5%;">幼児</th> <th style="width: 5%;">乳児</th> </tr> <tr> <td>六分米</td> <td>50</td> <td>40</td> <td>六分米</td> <td>50</td> <td>40</td> <td>六分米</td> <td>50</td> <td>40</td> <td>六分米</td> <td>50</td> <td>40</td> <td>スパゲティ</td> <td>35</td> <td>28</td> </tr> </table>	主食	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	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	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: 8px;"> <tr> <th style="width: 5%;">幼児</th> <th style="width: 5%;">乳児</th> </tr> <tr> <td>豚ロース肉</td> <td>20</td> <td>16</td> <td>鶏もも肉</td> <td>60</td> <td>48</td> <td>豚もも肉</td> <td>25</td> <td>20</td> <td>コロツケ</td> <td>1ヶ</td> <td>1ヶ</td> <td>ブリ</td> <td>40</td> <td>32</td> <td>ウインナー</td> <td>20</td> <td>16</td> </tr> <tr> <td>焼豆腐</td> <td>50</td> <td>40</td> <td>(からあげ用)</td> <td></td> <td></td> <td>むきえび</td> <td>15</td> <td>12</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>さわら(完了)</td> <td>32</td> <td>32</td> <td>玉葱</td> <td>12</td> <td>9.6</td> </tr> <tr> <td>大根</td> <td>20</td> <td>16</td> <td>片栗粉</td> <td>4</td> <td>3.2</td> <td>白菜</td> <td>30</td> <td>24</td> <td>キャベツ</td> <td>25</td> <td>20</td> <td>土生姜</td> <td>1.5</td> <td>1.2</td> <td>ピーマン</td> <td>8</td> <td>6.4</td> </tr> <tr> <td>人参</td> <td>15</td> <td>12</td> <td>揚げ油</td> <td>適宜</td> <td>適宜</td> <td>しめじ</td> <td>8</td> <td>6.4</td> <td>人参</td> <td>8</td> <td>6.4</td> <td>濃口醤油</td> <td>1.5</td> <td>1.2</td> <td>ナポリタンソース</td> <td>5</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>里芋</td> <td>20</td> <td>16</td> <td>砂糖</td> <td>1.8</td> <td>1.44</td> <td>人参</td> <td>15</td> <td>12</td> <td>三度豆</td> <td>4</td> <td>3.2</td> <td>みりん</td> <td>1.5</td> <td>1.2</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>三度豆</td> <td>4</td> <td>3.2</td> <td>米酢</td> <td>3</td> <td>2.4</td> <td>小松菜</td> <td>12</td> <td>9.6</td> <td>ホールコーン</td> <td>5</td> <td>4</td> <td>砂糖</td> <td>0.5</td> <td>0.4</td> <td>きゃべつ</td> <td>20</td> <td>16</td> </tr> <tr> <td>だし汁</td> <td>60</td> <td>48</td> <td>濃口醤油</td> <td>3</td> <td>2.4</td> <td>土生姜</td> <td>0.5</td> <td>0.4</td> <td>砂糖</td> <td>0.8</td> <td>0.64</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>砂糖</td> <td>4</td> <td>3.2</td> <td>だし汁</td> <td>3</td> <td>2.4</td> <td>にんにく</td> <td>0.5</td> <td>0.4</td> <td>塩</td> <td>0.3</td> <td>0.24</td> <td>胡瓜</td> <td>10</td> <td>8</td> <td>パセリ</td> <td>0.2</td> <td>0.16</td> </tr> <tr> <td>薄口醤油</td> <td>8</td> <td>6.4</td> <td>片栗粉</td> <td>適宜</td> <td>適宜</td> <td>油</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td>米酢</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td>マカロニ</td> <td>15</td> <td>12</td> <td>水</td> <td>120</td> <td>96</td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>薄口醤油</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td>油</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td>卵</td> <td>8</td> <td>6.4</td> <td>コンソメ</td> <td>1.5</td> <td>1.2</td> </tr> <tr> <td>料理酒</td> <td>1.2</td> <td>0.96</td> <td>ひじき</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td>酒</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>玉葱</td> <td>8</td> <td>6.4</td> <td>薄口醤油</td> <td>1</td> <td>0.8</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>人参</td> <td>8</td> <td>6.4</td> <td>鶏がらスープ</td> <td>1</td> <td>0.8</td> <td>豆腐</td> <td>15</td> <td>12</td> <td>マヨネーズ※卵</td> <td>5</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>玉葱</td> <td>12</td> <td>9.6</td> <td>油揚げ</td> <td>3</td> <td>2.4</td> <td>水</td> <td>適宜</td> <td>適宜</td> <td>なめこ</td> <td>8</td> <td>6.4</td> <td>塩</td> <td>適宜</td> <td>適宜</td> <td>ヨーグルト※乳</td> <td>85</td> <td>85</td> </tr> <tr> <td>じゃがいも</td> <td>20</td> <td>16</td> <td>れんこん</td> <td>6</td> <td>4.8</td> <td>片栗粉</td> <td>適宜</td> <td>適宜</td> <td>葱</td> <td>0.5</td> <td>0.4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>米みそ</td> <td>6.5</td> <td>5.2</td> <td>こんにやく</td> <td>6</td> <td>4.8</td> <td>はるさめ</td> <td>3</td> <td>2.4</td> <td>米みそ</td> <td>6.5</td> <td>5.2</td> <td>えのき</td> <td>6</td> <td>4.8</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>だし汁</td> <td>120</td> <td>96</td> <td>ごま油</td> <td>1</td> <td>0.48</td> <td>ハム※卵</td> <td>8</td> <td>6.4</td> <td>だし汁</td> <td>120</td> <td>96</td> <td>きゃべつ</td> <td>15</td> <td>12</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>砂糖</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td>錦糸卵</td> <td>8</td> <td>6.4</td> <td>ヨーグルト※乳</td> <td>85</td> <td>85</td> <td>三つ葉</td> <td>0.2</td> <td>0.16</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>みかん・S</td> <td>1ヶ</td> <td></td> <td>薄口醤油</td> <td>2.0</td> <td>1.6</td> <td>きゅうり</td> <td>5</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>米みそ</td> <td>6.5</td> <td>5.2</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>バナナ</td> <td>1/2本</td> <td></td> <td>みりん</td> <td>1.0</td> <td>0.8</td> <td>砂糖</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>だし汁</td> <td>120</td> <td>96</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>だし汁</td> <td>20.0</td> <td>16</td> <td>薄口しょうゆ</td> <td>2</td> <td>1.6</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>バナナ</td> <td>1/2本</td> <td>1/2本</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>南瓜</td> <td>15</td> <td>12</td> <td>米酢</td> <td>3.3</td> <td>2.64</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>玉葱</td> <td>15</td> <td>12</td> <td>ホールコーン</td> <td>3</td> <td>2.4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>米みそ</td> <td>6.5</td> <td>5.2</td> <td>大根</td> <td>25</td> <td>20</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>だし汁</td> <td>120</td> <td>96</td> <td>葱</td> <td>0.2</td> <td>0.16</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>ヨーグルト※乳</td> <td>85</td> <td>85</td> <td>薄口醤油</td> <td>0.2</td> <td>0.16</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>鶏ガラスープ</td> <td>1.5</td> <td>1.2</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>水</td> <td>120</td> <td>96</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>チーズ※乳</td> <td>10</td> <td>0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	幼児	乳児	豚ロース肉	20	16	鶏もも肉	60	48	豚もも肉	25	20	コロツケ	1ヶ	1ヶ	ブリ	40	32	ウインナー	20	16	焼豆腐	50	40	(からあげ用)			むきえび	15	12				さわら(完了)	32	32	玉葱	12	9.6	大根	20	16	片栗粉	4	3.2	白菜	30	24	キャベツ	25	20	土生姜	1.5	1.2	ピーマン	8	6.4	人参	15	12	揚げ油	適宜	適宜	しめじ	8	6.4	人参	8	6.4	濃口醤油	1.5	1.2	ナポリタンソース	5	4	里芋	20	16	砂糖	1.8	1.44	人参	15	12	三度豆	4	3.2	みりん	1.5	1.2				三度豆	4	3.2	米酢	3	2.4	小松菜	12	9.6	ホールコーン	5	4	砂糖	0.5	0.4	きゃべつ	20	16	だし汁	60	48	濃口醤油	3	2.4	土生姜	0.5	0.4	砂糖	0.8	0.64							砂糖	4	3.2	だし汁	3	2.4	にんにく	0.5	0.4	塩	0.3	0.24	胡瓜	10	8	パセリ	0.2	0.16	薄口醤油	8	6.4	片栗粉	適宜	適宜	油	2	1.6	米酢	2	1.6	マカロニ	15	12	水	120	96	みりん	2	1.6				薄口醤油	2	1.6	油	2	1.6	卵	8	6.4	コンソメ	1.5	1.2	料理酒	1.2	0.96	ひじき	2	1.6	酒	2	1.6				玉葱	8	6.4	薄口醤油	1	0.8				人参	8	6.4	鶏がらスープ	1	0.8	豆腐	15	12	マヨネーズ※卵	5	4				玉葱	12	9.6	油揚げ	3	2.4	水	適宜	適宜	なめこ	8	6.4	塩	適宜	適宜	ヨーグルト※乳	85	85	じゃがいも	20	16	れんこん	6	4.8	片栗粉	適宜	適宜	葱	0.5	0.4							米みそ	6.5	5.2	こんにやく	6	4.8	はるさめ	3	2.4	米みそ	6.5	5.2	えのき	6	4.8				だし汁	120	96	ごま油	1	0.48	ハム※卵	8	6.4	だし汁	120	96	きゃべつ	15	12							砂糖	2	1.6	錦糸卵	8	6.4	ヨーグルト※乳	85	85	三つ葉	0.2	0.16				みかん・S	1ヶ		薄口醤油	2.0	1.6	きゅうり	5	4				米みそ	6.5	5.2				バナナ	1/2本		みりん	1.0	0.8	砂糖	2	1.6				だし汁	120	96							だし汁	20.0	16	薄口しょうゆ	2	1.6				バナナ	1/2本	1/2本							南瓜	15	12	米酢	3.3	2.64													玉葱	15	12	ホールコーン	3	2.4													米みそ	6.5	5.2	大根	25	20													だし汁	120	96	葱	0.2	0.16													ヨーグルト※乳	85	85	薄口醤油	0.2	0.16																鶏ガラスープ	1.5	1.2																水	120	96																チーズ※乳	10	0																
主食	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
豚ロース肉	20	16	鶏もも肉	60	48	豚もも肉	25	20	コロツケ	1ヶ	1ヶ	ブリ	40	32	ウインナー	20	16																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
焼豆腐	50	40	(からあげ用)			むきえび	15	12				さわら(完了)	32	32	玉葱	12	9.6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
大根	20	16	片栗粉	4	3.2	白菜	30	24	キャベツ	25	20	土生姜	1.5	1.2	ピーマン	8	6.4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
人参	15	12	揚げ油	適宜	適宜	しめじ	8	6.4	人参	8	6.4	濃口醤油	1.5	1.2	ナポリタンソース	5	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
里芋	20	16	砂糖	1.8	1.44	人参	15	12	三度豆	4	3.2	みりん	1.5	1.2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
三度豆	4	3.2	米酢	3	2.4	小松菜	12	9.6	ホールコーン	5	4	砂糖	0.5	0.4	きゃべつ	20	16																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
だし汁	60	48	濃口醤油	3	2.4	土生姜	0.5	0.4	砂糖	0.8	0.64																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖	4	3.2	だし汁	3	2.4	にんにく	0.5	0.4	塩	0.3	0.24	胡瓜	10	8	パセリ	0.2	0.16																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
薄口醤油	8	6.4	片栗粉	適宜	適宜	油	2	1.6	米酢	2	1.6	マカロニ	15	12	水	120	96																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
みりん	2	1.6				薄口醤油	2	1.6	油	2	1.6	卵	8	6.4	コンソメ	1.5	1.2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
料理酒	1.2	0.96	ひじき	2	1.6	酒	2	1.6				玉葱	8	6.4	薄口醤油	1	0.8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
			人参	8	6.4	鶏がらスープ	1	0.8	豆腐	15	12	マヨネーズ※卵	5	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
玉葱	12	9.6	油揚げ	3	2.4	水	適宜	適宜	なめこ	8	6.4	塩	適宜	適宜	ヨーグルト※乳	85	85																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
じゃがいも	20	16	れんこん	6	4.8	片栗粉	適宜	適宜	葱	0.5	0.4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
米みそ	6.5	5.2	こんにやく	6	4.8	はるさめ	3	2.4	米みそ	6.5	5.2	えのき	6	4.8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
だし汁	120	96	ごま油	1	0.48	ハム※卵	8	6.4	だし汁	120	96	きゃべつ	15	12																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
			砂糖	2	1.6	錦糸卵	8	6.4	ヨーグルト※乳	85	85	三つ葉	0.2	0.16																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
みかん・S	1ヶ		薄口醤油	2.0	1.6	きゅうり	5	4				米みそ	6.5	5.2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
バナナ	1/2本		みりん	1.0	0.8	砂糖	2	1.6				だし汁	120	96																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
			だし汁	20.0	16	薄口しょうゆ	2	1.6				バナナ	1/2本	1/2本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
			南瓜	15	12	米酢	3.3	2.64																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
			玉葱	15	12	ホールコーン	3	2.4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
			米みそ	6.5	5.2	大根	25	20																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
			だし汁	120	96	葱	0.2	0.16																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
			ヨーグルト※乳	85	85	薄口醤油	0.2	0.16																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
						鶏ガラスープ	1.5	1.2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
						水	120	96																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
						チーズ※乳	10	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					

		献立名	ごはん すぶた わかめとえのきのかきたまじる よーぐると	ちきんらいす からあげ おんやさい こんそめすーぷ ぷりん*8日のみ ちーず*22日	やきそば さといもとしめじのみそしる よーぐると	うどんなべ ばなな ちーず	ごはん さけしおやき はくさいのにびたし きりぼしだいこんのすましじる	かれーらいす ふれんちさらだ よーぐると																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
	主食	幼児	乳児	幼児	乳児	中華麺	幼児	乳児	うどん	幼児	乳児	六分米	幼児	乳児	六分米	幼児	乳児			-----	----	----	-----	----	-----	-----	----	-----	-----	----	-----	-----	----	-----	-----	----	----		六分米	50	40	六分米	50	40	中華麺	60	48	うどん	50	40	六分米	50	40	六分米	50	40			幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児										----------	-----	------	-----------	-----	------	---------	-----	------	-------	------	------	--------	-----	------	---------	-----	------		豚ロース肉	30	24	油	0.5	0.4	豚バラ肉	20	16	鶏肉	35	28	サケ	40	32	牛もも肉	20	16		薄口醤油	1.5	1.2	鶏ひき肉	8	6.4	キャベツ	25	20	豆腐	30	24	塩	0.2	0.16	人参	20	16		生姜汁	0.3	0.24	玉葱	10	8	人参	10	8	葱	0.8	0.64				玉葱	30	24		油	2	1.6	人参	5	4	玉葱	10	8	えのき	12	9.6	白菜	25	20	馬鈴薯	40	32		人参	15	12	塩	0.5	0.4	ピーマン	5	4	白菜	30	24	油揚げ	5	4	カレーウ※乳	10	8		玉葱	20	16	ケチャップ	11	8.8	油	5	4	しめじ	12	9.6	みりん	1	0.8	水	60	48		馬鈴薯	30	24	グリーンピース	3	2.4	塩	0.2	0.16	油揚げ	8	6.4	薄口醤油	2.5	2	ブロッコリー	25	20		だし汁	40	32	鶏もも肉・唐揚げ用	60	48	ウスターソース	5	4	人参	12	9.6	だし汁	25	20	三度豆	4	3.2		砂糖	2	1.6	生姜汁	0.2	0.16	お好みソース	5	4	白だし	30	24	ホールコーン	5	4	砂糖	0.8	0.64		みりん	1.5	1.2	濃口醤油	1.2	1.0	しめじ	8	6.4	酒	15	12	人参	4	3.2	塩	0.3	0.24		塩	0.2	0.16	酒	1.2	1.0	里芋	12	9.6				三つ葉	0.5	0.4	油	2	1.6		薄口醤油	2	1.6	薄力粉	5	4.0	葱	0.5	0.4	バナナ	1/2本	1/2本	だし汁	120	96	米酢	2	1.6		トマトケチャップ	4	3.2	片栗粉	5	4.0	米みそ	6.5	5.2	チーズ※乳	5	0	塩	0.3	0.24	油	2	1.6		酢	2	1.6	ブロッコリー	20	16	だし汁	120	96				薄口醤油	1.8	1.44	ヨーグルト※乳	85	85		片栗粉	2	1.6	かぼちゃ	20	16	ヨーグルト※乳	85	85				みりん	1	0.8					三度豆	4	3.2	マヨネーズ※卵	5	4														ホールコーン	5	4																																				わかめ	0.2	0.16																	葱	0.6	0.48	きゃべつ	20	16														卵			しめじ	8	6.4														薄口醤油	0.2	0.16	パセリ	0.2	0.16														中華スープ	1.5	1.2	水	120	96														水	120	96	コンソメ	1.5	1.2														片栗粉			薄口醤油	1	0.8														ヨーグルト※乳	85	85	ぷりん*8日																			チーズ※乳	10	0														
きりん組夕食	ごはん すぶた わかめとえのきのかきたまじる よーぐると	ちきんらいす からあげ おんやさい こんそめすーぷ ぷりん*8日のみ ちーず*22日	やきそば さといもとしめじのみそしる よーぐると	うどんなべ ばなな ちーず	ごはん さけしおやき はくさいのにびたし きりぼしだいこんのすましじる	かれーらいす ふれんちさらだ よーぐると																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
	主食	幼児	乳児	幼児	乳児	中華麺	幼児	乳児	うどん	幼児	乳児	六分米	幼児	乳児	六分米	幼児	乳児			-----	----	----	-----	----	-----	-----	----	-----	-----	----	-----	-----	----	-----	-----	----	----		六分米	50	40	六分米	50	40	中華麺	60	48	うどん	50	40	六分米	50	40	六分米	50	40			幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児	幼児	乳児										----------	-----	------	-----------	-----	------	---------	-----	------	-------	------	------	--------	-----	------	--------	-----	------		豚ロース肉	30	24	油	0.5	0.4	豚バラ肉	20	16	鶏肉	35	28	サケ	40	32	牛もも肉	20	16		薄口醤油	1.5	1.2	鶏ひき肉	8	6.4	キャベツ	25	20	豆腐	30	24	塩	0.2	0.16	人参	20	16		生姜汁	0.3	0.24	玉葱	10	8	人参	10	8	葱	0.8	0.64				玉葱	30	24		油	2	1.6	人参	5	4	玉葱	10	8	えのき	12	9.6	白菜	25	20	馬鈴薯	40	32		人参	15	12	塩	0.5	0.4	ピーマン	5	4	白菜	30	24	油揚げ	5	4	カレーウ※乳	10	8		玉葱	20	16	ケチャップ	11	8.8	油	5	4	しめじ	12	9.6	みりん	1	0.8	水	60	48		馬鈴薯	30	24	グリーンピース	3	2.4	塩	0.2	0.16	油揚げ	8	6.4	薄口醤油	2.5	2	ブロッコリー	25	20		だし汁	40	32	鶏もも肉・唐揚げ用	60	48	ウスターソース	5	4	人参	12	9.6	だし汁	25	20	三度豆	4	3.2		砂糖	2	1.6	生姜汁	0.2	0.16	お好みソース	5	4	白だし	30	24	ホールコーン	5	4	砂糖	0.8	0.64		みりん	1.5	1.2	濃口醤油	1.2	1.0	しめじ	8	6.4	酒	15	12	人参	4	3.2	塩	0.3	0.24		塩	0.2	0.16	酒	1.2	1.0	里芋	12	9.6				三つ葉	0.5	0.4	油	2	1.6		薄口醤油	2	1.6	薄力粉	5	4.0	葱	0.5	0.4	バナナ	1/2本	1/2本	だし汁	120	96	米酢	2	1.6		トマトケチャップ	4	3.2	片栗粉	5	4.0	米みそ	6.5	5.2	チーズ※乳	5	0	塩	0.3	0.24	油	2	1.6		酢	2	1.6	ブロッコリー	20	16	だし汁	120	96																																																																																																																																																																																																																																																																		