

☆2017ねんど5がつ きゅうしよくこんだてひょう☆

共栄保育園・みのり園

曜日	月 1・15・29	火 2・16・30	水 17・31	木 18	金 19	土 6・20
献立名	ふりかけごはん ころっけ しらあえ みそしる	ごはん さわらたつたあげ やさしいため みそしる ちーず	みそうどん がんものたきあわせ ちーず	のりごはん かきあげ すましじる	ぱん ぽーくびーんず こんそめすーぷ	くろっくむっしゅ ぎゅうにゅう ばなな
	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食
昼 食	六分米 50 40 ゆかり	六分米 50 40	ゆでうどん 150 100	六分米 50 40 のり佃煮 10 8	フォカッチャ※乳 1.5ヶ 南瓜パン 2ヶ	クロックムッシュ※乳 3ヶ 2ヶ 南瓜パン(ひよこりず・アレルギー) 2ヶ
	コロッケ 1.5ヶ 1ヶ ケチャップ 5 4 小松菜 15 12 人参 10 8 つきこんにゃく 6 5 豆腐 15 12 白胡麻 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 塩 0.2 0.2 薄口醤油 0.5 0.4	サワラ 40 32 土生姜 1 1 濃口醤油 2 2 料理酒 2 2 薄力粉 3 2 片栗粉 3 2 揚げ油 3 2 きやべつ 35 28 人参 8 6 ピーマン 4 3 玉葱 10 8 塩 0.2 0.2 オイスターソース 1 1 サラダ油 適宜 適宜 馬鈴薯 20 16 玉葱 8 6 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 5	豚ばら肉 10 8 人参 8 4 玉葱 10 8 きやべつ 15 16 しめじ 5 4 葱 1 0.8 みそ 14 14 だし汁 140 140 がんも 8 6 南瓜 30 24 ふき 6 4.8 人参 20 16 だし汁 30 24 砂糖 1.2 1.0 塩 0.2 0.2 薄口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 チーズ※乳 10 5	かえりちりめん 4 ちりめんじゃこ 2 さつま芋 10 8 人参 8 6.4 玉葱 5 4 三度豆 4 3 薄力粉 6.5 5.2 冷水 6.5 5.2 卵 3 2.4 B.P 0.2 0.16	豚肩ロース肉 20 16 人参 12 10 玉葱 20 16 馬鈴薯 30 24 大豆水煮 9.6 8 マッシュルーム 8 6 トマト水煮缶 10 8 グリーンピース 2 1.6 マーガリン※乳 0.8 0.6 →乳ア)油 砂糖 0.8 0.6 塩 0.32 0.3 ケチャップ 4 3.2 薄口醤油 0.8 0.6 きやべつ 15 12 ホールコーン 3 2.4 パセリ 0.3 0.2 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8	ツナフレーク 8 マヨドレ 5 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ /2本 /2本
材 料	わかめ 0.2 0.2 玉麩 0.8 0.6 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	玉葱 10 8 塩 0.2 0.2 オイスターソース 1 1 馬鈴薯 20 16 玉葱 8 6 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 5	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	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	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	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
	献立名	ぎゅうにゅう みれーびすけつと さかなっこ	ふるーつよーぐると べびーすていっく	おちゃ おにぎり	ぎゅうにゅう おふきなこ ちーず	ぎゅうにゅう おやき
お や つ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ミレービスケット 15 12 さかなっこ 5	ヨーグルト※乳 80 80 →乳ア)豆乳ヨーグルト みかん缶 60 60 ヨーグルト・加糖 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト *りすひよこ ベビースティック 2枚 2枚	お茶 100 100 白米 30 30 えんどう豆 12 12 塩 0.2 0.24 白ゴマ 0.3 0.3	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 焼き麩 4 4 きなこ 3 3 砂糖 3 3 水 6 6 チーズ※乳 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 おから 20 20 ツナフレーク 16 16 豆乳 15 15 粉チーズ※乳 10 10 片栗粉 1.8 1.8 コンソメ 0.4 0.4 カレー粉 0.3 0.3	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ミレービスケット 15 12

★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。

☆2017年度5月きりん給食献立表☆ みのり園

曜日	月 1・15・29	火 2・16・30	水 17・31	木 18	金 19	土 6・20
献立名	かれーどリア <small>きゃべつのふれんちさらだ ぜりー</small>	のりごはん <small>すばにつしゅおむれつ ひじきのちゅうかあえ ちゅうかすーぶ ばなな</small>	ごはん さけしおやき おからさらだ みそしる よーぐると	みーとすばげてい おんやさいさらだ <small>じゃがいものこんそめすーぶ</small> ちーず	ごはん いそべふうからあげ ごまあえ みそしる ばなな	ぎゅうどん <small>わかめとじゃがいものみそしる</small> よーぐると
	主 食	六分米 50 40 <small>幼児 乳児</small>	六分米 50 40 <small>幼児 乳児</small> のり佃煮 10 8	六分米 50 40 <small>幼児 乳児</small>	スパゲティ 35 <small>幼児 乳児</small>	六分米 50 40 <small>幼児 乳児</small>
きりん組夕食		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※ 10 8 水 60 48 チーズ※乳 15 12	卵 45 36 ベーコン 15 ほうれん草 8 6.4 玉葱 20 16 人参 10 8 じゃが芋 15 12.0 チーズ※乳 10 8 牛乳 15 12 塩 少々 少々 ケチャップ 適宜 適宜	サケ 40 40 塩 0.3 0.3 おから 15 12 三温糖 1.4 1.12 塩 0.3 0.24 薄口醤油 0.8 0.64 だし汁 6 4.8 玉葱 12 9.6 人参 10 8 小松菜 12 9.6 マヨネーズ※卵 2 1.6	合びき肉 20 16 玉葱 30 24 人参 10 8 しめじ 10 8 にんにく 0.6 0.48 土生姜 0.6 0.48 ハヤシルウ※乳 12 9.6 ケチャップ 8 6.4 ウスターソース 4 3.2 水 20 16 ツナ 8 6.4 きゃべつ 20 16 人参 8 6.4 ブロッコリー 10 8 ごまドレ※卵 10 8	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 生姜汁 0.2 0.16 濃口醤油 1.2 1.0 酒 1.2 1.0 薄力粉 5 4.0 片栗粉 5 4.0 青のり 1 0.8 ほうれん草 25 20.0 人参 8 6.4 白胡麻 1 0.8 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1.2 米酢 1 0.8 しめじ 8 6.4 豆腐 15 12.0 葱 0.2 0.2 みそ 7.5 6 だし汁 120 96 バナナ 1/2本 1/2本
	材 料	アスパラ 12 9.6 きゃべつ 15 12.0 ホールコーン 8 6.4 レーズン 0.8 0.6 砂糖 0.7 0.5 塩 0.2 0.2 米酢 1 0.8 油 1.6 1.3 フルーツゼリー 1 1	ひじき 2.5 2 きゅうり 15 12 春雨 6 5 コーンコーン 5 4 ごま油 0.6 0 酢 0.5 0 砂糖 0.3 0 しょうゆ 1.2 1 大根 15 12 葱 0.5 0.4 薄口醤油 0.2 0.16 中華スープ 1.5 1.2 水 120 96 バナナ /2本 1/2本	里芋 15 12 もやし 12 10 葱 0.5 0 米みそ 6.5 5 だし汁 120 96 ヨーグルト※乳 78 78	馬鈴薯 20 16 ホールコーン 2 1.6 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 水 120 96 チーズ※乳 10	
きりん組夕食						
	材 料					

★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。
 ★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。