

☆2017年度8月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園

曜日 日	月 7・21	火 8・22	水 9・23	木 10・24	金 25	土 12・26
	ごはん かばやき ゆかりあえ すましじる	ごはん とりのうめてりやき ごまずあえ みそしる	ちゅうかどんぶり わかめさらだ だいこんすーぷ	ごはん ちんじやおろす はるさめすーぷ ちーず	のりごはん てんぷら みそさらだ すましじる	ぎゅうにゅう さんどいつち じゃむさんど ばなな *12日はお弁当給食になります。
主食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	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 のり佃煮 10 8	幼児 乳児 さんどいつち※乳卵 1ヶ 1ヶ →乳卵ア・りす・ひよこ
材料	いわし 40 さわら 32 薄力粉 5 4 サラダ油 2 2 砂糖 3 2 濃口醤油 1.5 1 みりん 1.5 1 だし汁 1.5 1 白菜 25 20 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 玉麩 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	鶏肉(から揚げ用) 60 48 梅干 2.5 2 濃口しょうゆ 2 1.6 みりん 2 1.6 ほうれん草 25 20.0 人参 8 6.4 しめじ 8 6.4 小松菜 12 9.6 白ゴマ 1 0.8 三温糖 1.6 1.3 薄口醤油 1.6 1.3 米酢 1.2 1.0 えのき 12 9.6 玉ねぎ 15 12.0 三つ葉 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚もも肉 40 32 白菜 45 36 筍水煮 12 9.6 しめじ 10 8 人参 15 12 小松菜 12 9.6 土生姜 0.5 0.4 にんにく 0.5 0.4 油 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 酒 2 1.6 鶏がらスープ 1 0.8 水 適宜 適宜 片栗粉 適宜 適宜 わかめ 0.4 0.32 きゃべつ 35 28 ホールコーン 5 4 砂糖 0.8 0.64 塩 0.3 0.24 米酢 1.1 0.88 サラダ油 1.8 1.44 大根 25 20 葱 0.2 0.16 薄口醤油 0.2 0.16 鶏ガラスープ 1.5 1.2 水 120 96	牛もも肉 60 48 みりん 3.5 2.8 薄口しょうゆ 3.5 2.8 しょうが汁 0.5 0.4 筍水煮 12 9.6 ピーマン 10 8 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 テンゲンサイ 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 10 10	さつま芋 40 32 ウインナー 2本 1本 薄力粉・小麦 10 8 B.P 0.4 0.32 冷水 10 8 卵 4.5 3.6 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	トマトパン 2ヶ イチゴジャム 5 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ばなな 1/2本 1/2本
献立名	おちゃ すいか / めろん ちーず	ぎゅうにゅう がとーしよこら ちーず	ぎゅうにゅう りんごぜりー	よーぐると どーなつ	ぎゅうにゅう わらびもち(幼) ばなな・せんべい(乳)	ぎゅうにゅう くつきー せんべい
おやつ 材料	お茶 100 100 スイカ 80 メロン 60 チーズ・乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 お米でガトーショコラ 1個 1個 チーズ・乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 りんごジュース 25 20 水 10 8 粉寒天 0.3 0.24 グラニュー糖 2.5 2 りんご 25 20 (りす・ひよこりんご抜き)	ヨーグルト・加糖 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト カルテッドーナツ※卵乳 2個 1個 →卵乳ア)豆乳クッキー	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 わらび粉 12 黒砂糖 6 水 54 きな粉 4 三温糖 3 塩 0.1 ベビースティック 2枚 バナナ 1/2本	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 2枚 2枚 *幼児・ばんだ ベビースティック *りす・ひよこ 1p



☆2017年度8月給食献立表☆ 共栄保育園・みのり園

曜日	月 28	火 1-29	水 2-30	木 3-17-31	金 4-18	土 5-19
	じゃこふりかけごはん けんちんに みそしる	なつやさいかれー ふれんちさらだ	ごはん さばのみそに ひじきに すましじる	ひやしうどん からあげ ちーず	ごはん てりやきふうはんばーぐ おんやさい こんそめすーぷ	ふらんくふると ベーこんえつぐ つなこーん つなさんど ぎゅうにゆう 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 ベーコンエッグ 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 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 3.2 だし汁 60 48 三温糖 2 1.6 薄口醤油 8 6.4 みりん 2 1.6 酒 1.2 0.96 玉葱 15 12 もやし 8 6 葱 0.5 0 米みそ 6.5 5 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 カレーウ※乳 10 8 →乳ア)乳なしカレーウ 水 60 48 きやべつ 30 24 胡瓜 4 3.2 ブロッコリー 12 9.6 ホールコーン 5 4 砂糖 1 0.8 塩 0.5 0.4 米酢 2.2 1.76 サラダ油 2.2 1.76	さば 40 32 さわら 32 酒 1 0.8 土生姜 1 0.8 水 40 32 砂糖 3.5 2.8 米みそ 9 7.2 みりん 4.5 3.6 酒 3.8 3.04 ひじき 2.5 2 油揚げ 3 2.4 人参 8 6.4 小松菜 8 6.4 ごま油 0.5 0.4 砂糖 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 だし汁 20 16 豆腐 15 12 わかめ 0.2 0.16 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96	ツナ缶 10 8 きやべつ 30 24 わかめ 0.4 0.32 ホールコーン 5 4 薄口醤油 8 6 だし汁 140 112 鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 生姜汁 1 0.80 濃口醤油 2 1.6 酒 2 1.6 薄力粉 4 3.2 片栗粉 4 3.2 サラダ油 3 2.4 チーズ*乳 10 10	合びき肉 35 28 玉葱 25 20 パン粉 3 2.4 豆乳 4 3.2 卵 10 8 ナツメグ 適宜 適宜 塩 0.2 0.16 薄口醤油 4 3.2 酒 4 3.2 みりん 4 3.2 砂糖 1.5 1.2 だし汁 13 10.4 片栗粉 適宜 適宜 水 適宜 適宜 オクラ 8 6.4 南瓜 30 24 ベーコン 5 4 きやべつ 20 16 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8	幼児 乳児 1ヶ 1ヶ 1ヶ 1ヶ 1ヶ 2ヶ 8 5 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1/2本 1/2本
献立名	ぎゅうにゆう ぱうんどけーき	ぎゅうにゆう きらきらゼリー	ぎゅうにゆう ねじりんぼう / ほーろかぼちゃ ちーず	おちや ゆかりおにぎり	ふるーつよーくと (幼児・パンダ) よーくと (りす・ひよこ) くつきー	ぎゅうにゆう くつきー せんべい
おやつ 材料	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ホットケーキミックス 18 18 卵 8 8 生クリーム※乳 12.5 12.5 マーメイド(オレンジ) 10 10 →乳卵ア)オレンジゼリー	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 おみそゼリー-長野県産ぶどう 30 30 おみそゼリー-山形産ふじりんご 30 30 みかん缶 20 20	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ねじりんぼう 12 12 ポーロかぼちゃ 10 *りす・ひよこ チーズ*乳 10 10	お茶 100 100 六分米 30 24 ゆかり 0.5 0.4 焼き海苔 適宜 (幼児のみ)	ブルガリアヨーグルト 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 豆乳クッキー 2枚 2枚	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 *幼児・ぼんだ ベビースティック *りす・ひよこ



☆2017年度8月給食献立表☆ きりん組

曜日	月 7-21		火 8-22		水 9-23		木 10-24		金 25		土 12-26				
きりん組夕食	献立名	ごはん ぶたにくとびーふんいため ぶろっこりーのおんやさい みそしる よーぐると		たごらいす ふらいどぼてと こんそめすーぶ めろん		おこのみやき ぐだくさんじる かきごおり(9日) ばなな(23日)		ふりかけごはん とりしおこうじやき なつやさいさらだ みそしる りんご		ごはん さばしおやき すのもの みそしる ちーず		はやしらいす さらだ よーぐると			
	主食	六分米 50 40		六分米 50 40		薄力粉 15 15		六分米 50 40 ふりかけ(ゆかり)		六分米 50 40		六分米 50 40			
	材料	豚ロース肉 25 20 酒 0.8 0.64 土生姜 0.2 0.16 サラダ油 1 0.8 人参 10 8 玉ねぎ 20 16 筍水煮 12 9.6 三度豆 4 3.2 ピーマン 7 5.6 卵 30 24 塩 0.3 0.24 薄口醤油 3 2.4 みりん 1.5 1.2	合ひき肉 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	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 一卵ア)マヨドレ 1 0.8 あおのり 0.5 0.4 鰹節 0.5 0.4	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 塩こうじ 3 2.4 なすび 12 9.6 きゅうり 5 4 トマト 12 9.6 三度豆 4 3.2 米酢 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 2 1.6 豆腐 15 12 なめこ 8 6.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 りんご 1/6個 1/6個	さば 40 32 *完了・さわら 32 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 濃口醤油 1.6 1.28 米酢 1.6 1.28 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 チーズ・乳 10 10	牛もも肉 20 16 人参 20 32 玉葱 40 1.6 グリーンピース 2 1.6 油 2 1.6 ハヤシルウ・乳 20 48 水 60 48 ブロッコリー 25 20 人参 8 6.4 ツナ缶 5 4 青じそドレッシング 3 2.4 ヨーグルト・乳 78 78								
	材料	白葉 15 12 しめじ 6 4.8 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78	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 玉葱 15 12.0 人参 5 4.0 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 60 60	焼豆腐 15 12 大根 8 6.4 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 かきごおり(9日) バナナ 1/2本 1/2本											
	きりん組夕食	献立名	ごはん さわらまよねーずやき おかかあえ みそしる よーぐると		ごはん ぶたにくのしょうがやき さつまいもさらだ すましじる ちーず		のりごはん めんちかつ さらだ こんそめすーぶ 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		ふりかけごはん すどり すましじる ばなな		ひやしそーめん ういんなー よーぐると		
		主食	六分米 50 40		六分米 50 40		六分米 50 40 のり佃煮		六分米 50 40		六分米 50 40 ふりかけ(おかか)		そーめん 100 80		
		材料	さわら 40 32 酒・下処理用 適宜 適宜 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 バルメサンチーズ※乳 1.5 1.2	豚ロース肉 80 64.00 薄口醤油 7 5.6 みりん 4 3.2 砂糖 3 2.4 酒 6 4.8 土生姜 5 4 さつまいも 30 24 玉葱 4 3.2 卵 8 6.4 レーズン 0.8 0.64 ブロッコリー 15 12 マヨネーズ※卵 6 4.8 塩 0.08 0.064	めんちかつ 1個 1個 ウスターソース 1 0.8 ケチャップ 4 3.2 ホールコーン 4 3.2 人参 10 8 ブロッコリー 30 24 ゴマドレッシング※卵 10 8 ベーコン 5 4 しめじ 8 6.4 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 メロン 60 60	豆腐 65 24 豚ミンチ 20 16 人参 12 9.6 玉ねぎ 10 8 葱 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 ほうれんそう 25 20 小松菜 12 9.6 しらす 2 1.6 こいくち醤油 1.3 1.04 だし汁 10 8 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(細切れ) 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 12 9.6 玉葱 15 12 馬鈴薯 25 20 ピーマン 6 4.8 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 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 バナナ 1/2本 1/2本	トマト 6 4.8 きゅうり 10 8 ツナ缶 6 4.8 ホールコーン 5 4 めんつゆ 適宜 適宜 ういんなー 3本 2本 ヨーグルト※乳 78 78							
		材料	ほうれん草 25 20 人参 8 6.4 オクラ 6 4.8 鰹節 0.5 0.4 薄口醤油 0.8 0.64 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	白菜 12 9.6 玉葱 12 9.6 三つ葉 0.5 0.4 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 チーズ・乳 10 5											
		きりん組夕食	献立名	ごはん さわらまよねーずやき おかかあえ みそしる よーぐると		ごはん ぶたにくのしょうがやき さつまいもさらだ すましじる ちーず		のりごはん めんちかつ さらだ こんそめすーぶ 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		ふりかけごはん すどり すましじる ばなな		ひやしそーめん ういんなー よーぐると	
			主食	六分米 50 40		六分米 50 40		六分米 50 40 のり佃煮		六分米 50 40		六分米 50 40 ふりかけ(おかか)		そーめん 100 80	
材料			さわら 40 32 酒・下処理用 適宜 適宜 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 バルメサンチーズ※乳 1.5 1.2	豚ロース肉 80 64.00 薄口醤油 7 5.6 みりん 4 3.2 砂糖 3 2.4 酒 6 4.8 土生姜 5 4 さつまいも 30 24 玉葱 4 3.2 卵 8 6.4 レーズン 0.8 0.64 ブロッコリー 15 12 マヨネーズ※卵 6 4.8 塩 0.08 0.064	めんちかつ 1個 1個 ウスターソース 1 0.8 ケチャップ 4 3.2 ホールコーン 4 3.2 人参 10 8 ブロッコリー 30 24 ゴマドレッシング※卵 10 8 ベーコン 5 4 しめじ 8 6.4 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 メロン 60 60	豆腐 65 24 豚ミンチ 20 16 人参 12 9.6 玉ねぎ 10 8 葱 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 ほうれんそう 25 20 小松菜 12 9.6 しらす 2 1.6 こいくち醤油 1.3 1.04 だし汁 10 8 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(細切れ) 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 12 9.6 玉葱 15 12 馬鈴薯 25 20 ピーマン 6 4.8 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 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 バナナ 1/2本 1/2本	トマト 6 4.8 きゅうり 10 8 ツナ缶 6 4.8 ホールコーン 5 4 めんつゆ 適宜 適宜 ういんなー 3本 2本 ヨーグルト※乳 78 78							
材料			ほうれん草 25 20 人参 8 6.4 オクラ 6 4.8 鰹節 0.5 0.4 薄口醤油 0.8 0.64 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	白菜 12 9.6 玉葱 12 9.6 三つ葉 0.5 0.4 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 チーズ・乳 10 5											