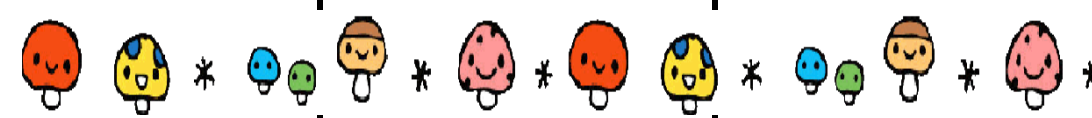


☆2017ねんど10がつきゅうしょくこんだてひょう☆

共栄保育園・みのり園

曜 日		月 23	火 10・24	水 11・25	木 12・26	金 13・27	土 14・28				
献 立 名	主 食	たこらいす ふらいどぽてと こんそめすーぷ	ごはん にくじゃが じゃこぴーまん みそしる	ごはん さけなんばんあげ しらあえ みそしる	くりごはん(12日) さつまいもごはん(26日) とりのみそやき おかかあえ かきたまじる	ごはん かばやき こまつなのすのもの みそしる	かるぴすしょくぱん こんそめすーぷ ばなな ちーず *14日はお弁当給食になります。				
		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	幼児 乳児 かるぴすしょくぱん※乳 3ヶ 2ヶ →乳ア)				
		屋 食	材 料	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 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	牛もも肉 30 24 人参 20 16 玉葱 20 16 じゃが芋 60 48 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 ちりめんじゃこ 4 3.2 ピーマン 15 12 白胡麻 1 0.8 ごま油 1 0.8 砂糖 0.3 0.24 薄口醤油 0.6 0.48 えのき 6 4.8 ほうれん草 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	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 小松菜 15 12 人参 10 8 つきこんにゃく 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 豆腐 20 16 なめこ 8 6.4 葱 0.5 0 米みそ 6.5 5 だし汁 120 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 60 48 塩 適宜 適宜 砂糖 3 2.4 米みそ 3 2.4 ブロッコリー 30 24 にんじん 8 6.4 かつお節 0.5 0.4 薄口醤油 1 0.64 わかめ 0.2 0.16 卵 10 8 だし汁 120 96 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 1	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 油揚げ 3 2 葱 6.5 5 米みそ 6.5 5 だし汁 120 96	トマトパン 2ヶ イチゴジャム 8 じゃが芋 20 16 玉葱 15 12 人参 10 8 ウインナー 10 8 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口しょうゆ 1 0.8 バナナ 1/2本 1/2本 チーズ※乳 10 5		
				献 立 名	お や つ	ぎゅうにゅう ほっとけーき	ぎゅうにゅう ふかしいも	ぎゅうにゅう ぶどう/ぶどうゼリー ちーず(幼)	よーぐると せんべい	ぎゅうにゅう ばなな さつまいもちっぷ(幼)	ぎゅうにゅう くつきー せんべい
						牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ホットケーキミックス 25 20 薄力粉 12.5 10 豆乳 32 25.6 卵 43 34.4 イチゴジャム 8 6.4 水 適宜 適宜 →卵ア)フルーツゼリー	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さつまいも 60 60 塩 適宜 適宜 さつまいも 60 60 塩 適宜 適宜 巨峰 20 20 ぶどうゼリー 1個 (ひよこ、りす) チーズ※乳 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 巨峰 20 20 ぶどうゼリー 1個 (ひよこ、りす) チーズ※乳 5	＋勝ヨーグルト※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 バナナ 1/2本 1/2本 さつまいもチップ 10 ＜27日のみ5歳児＞ りんごジュース	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 豆乳クッキー 2枚 2枚 ざらめせんべい 1枚 1枚 ベビースティック 2枚 *ひよこ
											

★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ねんど10がつきゅうしょくこんだてひょう☆

共栄保育園・みのり園

曜日 日		月 2・16・30	火 3・17・31	水 4・18	木 5・19	金 6・20	土 7・21
献立名	主 食	ごはん さわらさいきょうやき きりぼしだいこんに みそしる	おやこうどん じゃーまんぽてと ちーず	ふりかけごはん きのこのたきこみごはん(4日) さけのしおやき さといものにつころがし すましじる	ごはん とうふはんばーぐ おんやさい こんそめすーぷ ちーず(幼)	かつかれー /かれーらいす まめまめさらだ	さんどいっち つなさんど ぎゅうにゅう ばなな
		幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 うどんゆで 150 100	幼児 乳児 六分米 50 40 ゆかり	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 →卵乳ア)
		さわら 40 32 酒 適宜 適宜 白みそ 6 4.8 みりん 4 3.2 切干大根 3 2.4 人参 8 6.4 油揚げ 2 1.6 小松菜 10 8 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 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	卵 20 12 鶏もも肉(細切れ) 10 4 人参 8 4 しめじ 8 6.4 玉葱 8 6.4 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 チーズ※乳 10 10	サケ 40 30 塩 0.2 0.16 しめじ(4日のみ) 8 6 まいたけ 8 6 油揚げ 3 2 ごぼう 3 2 つきこんにゃく 6 4.8 塩 0.3 0.2 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 だし汁 里芋 40 32 薄口醤油 1 0.8 三温糖 1.5 1.2 酒 1.5 1.2 みりん 1.5 1.2 わかめ 0.2 0.16 まり麴 0.8 0.64 葱 0.5 0.4 だし汁 120 96 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8	豆腐 30 24 ツナ缶 12 9.6 鶏ひき肉 18 14.4 玉葱 6 4.8 葱 3.5 2.8 パン粉 4 3.2 マヨネーズ※卵 4.5 3.6 →卵ア)マヨドレ 塩 0.18 0 マッシュルーム 8 8 デミグラスソース缶 5 8 コンソメ 0.12 0.19 ウスターソース 0.7 1.2 きゃべつ 20 16 ホールコーン 5 4 パセリ 0.5 0.4 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	ヒレカツ※卵乳 1/2枚 1/2枚 *6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 大豆水煮 15 12 玉ねぎ 10 8 人参 5 4 きゅうり 10 8 ホールコーン 5 4 パセリ 1 0.8 三温糖 0.4 0.32 塩 0.3 0.24 米酢 3.5 2.8 サラダ油 3 2.4	トマトパン 2ヶ 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
献立名	おやつ	ぎゅうにゅう りんご どらやき / くっきー	おちゃ おにぎり	ぎゅうにゅう しらたまだんご(4日幼児のみ) どうぶつびすけっと ちーず	ぎゅうにゅう うめしろつぶ(5日幼児のみ) さつまいもむしぱん	ぎゅうにゅう くっきー おむすびころりん ちーず	ぎゅうにゅう 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 1個 1個 →卵ア)豆乳クッキー 2枚 豆乳クッキー 2枚 *ひよこ	お茶 100 100 六分米 30 紫ずきん(幼児) 4 塩 0.3 白ごま 0.6 ゆかり(乳児) 0.5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 どうぶつビスケット 20 20 ＜4日 幼児のみ＞ 白玉粉 20 豆腐 20 水 適宜 チーズ※乳 5 5 ＜18日 4歳児のみ＞ りんごジュース	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 手作り梅シロップ(5日幼児のみ) 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 さつまいも 10 8	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 動物園クッキー 12 10 おむすびころりん 1個 1個 チーズ※乳 5 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 豆乳クッキー 2枚 2枚 ざらめせんべい 1枚 1枚 ベビースティック 2枚 *ひよこ

★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10月きりん給食献立表☆ みのり園

曜日 日	月 23	火 10・24	水 11・25	木 12・26	金 13・27	土 14・28
きりん組夕食	献立名 ごはん ぶたにくみそいため すましじる かき / ばなな	ごはん さわらたつたあげ だいこんさらだ みそしる ちーず	にくうどん ぽてとさらだ まかろん ぎゅうにゅう	ごはん ピーマンのにくづめ にんじんのしりしり みそしる ぶどう ちーず	きのこのぴざとーすと くりーむしちゅー ふるーつぜりー	はやしらいす ぶろっこりーのさらだ よーぐると
	主食 六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	ゆでうどん 幼児 乳児 150 100	六分米 幼児 乳児 50 40	食パン※乳 幼児 乳児 3／4枚 1／2枚	六分米 幼児 乳児 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 きゃべつ 25 20 人参 8 6.4 しめじ 5 4 小松菜 10 8 ごま油 1 0.8 米みそ 2 1.6 みりん 2 1.6 切干大根 3 2.4 ねぎ 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 柿 1/6ヶ バナナ 1/2本	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 ハム※卵 5 4 大根 40 32 人参 5 4 きゅうり 5 4 マヨネーズ※卵 6 4.8 塩 少々 少々 わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.64 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 5	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 じゃがいも 30 24 きゅうり 12 9.6 ツナ缶 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 マカロン 1個 1個 牛乳 100 50	ピーマン 30 24 玉葱 10 8 豚ひき肉 30 24 塩 少々 少々 卵 3 2.4 パン粉 適宜 適宜 小麦粉 3 2.4 ケチャップ 適宜 適宜 にんじん 30 24 ツナ 10 8 みりん 5 4 薄口醤油 2.5 2 顆粒だし 2.5 2 油 適宜 適宜 玉葱 15 12 じゃがいも 20 16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ぶどう 3個 3個 チーズ※乳 10 5	ウインナー 10 8 玉葱 8 6.4 しめじ 5 4 マッシュルーム 5 4 ピーマン 5 4 ホールコーン 3 2.4 ケチャップ 10 8 チーズ※乳 10 8 鶏もも肉 20 16 かぼちゃ 20 16 人参 10 8 玉ねぎ 30 24 ほうれん草 10 8 クリームシチュー※乳 15 12 牛乳 50 40 水 適宜 適宜 フルーツゼリー 1個 1個	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※浮 20 16 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・加糖 78 78
	材料 鶏もも肉・唐揚げ 60 48 にんにく 0.1 0.08 オイスターソース 5 4 小松菜 35 28 きゃべつ 20 16 ベーコン 7.5 6 オリーブオイル 1 0.8 砂糖 1 0.8 薄口醤油 1.7 1.36 酢 3 2.4 玉葱 15 12 人参 8 6.4 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 牛乳 15 12 水 15 12 粉寒天 0.3 0.24 グラニュー糖 2.5 2 みかん缶 25 20	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 オイスターソース 1 0.8 油 適宜 適宜 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 ヨーグルト・加糖 78 78	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 しめじ 8 6.4 三度豆 4 3.2 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 りんご 1/6個 1/6個 チーズ※乳 5	カレー 50 40 片栗粉 適宜 適宜 人参 6 6 大根 6 6 玉葱 8 8 ピーマン 5 5 薄口しょうゆ 2 2 酒 1 1 水 20 20 片栗粉 適宜 適宜 白菜 15 12 油揚げ 3 2.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6 4.8 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78	ベーキングパウダー 0.5 0.4 だし汁 20 16 塩 0.8 0.64 卵 30 24 かつお節・粉 1.4 1.12 豚ミンチ 30 24 きゃべつ 60 48 葱 10 8 おこのみソース 22 17.6 マヨネーズ※卵 10 8 青のり 0.5 0.4 かつお節 0.5 0.4 焼豆腐 15 12 大根 15 12 人参 8 6.4 葱 0.5 0.4 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 バナナ 1/2本 1/2本	ハンバーグ 1個 1個 ケチャップ 4 4 ウスターソース 1 1 ブロッコリー 30 24 人参 20 16 じゃが芋 30 24 塩 適宜 適宜 青のり 適宜 適宜 玉葱 15 12 しめじ 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 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。