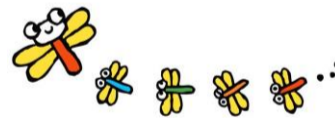


☆2018ねんど9がつきゅうしょくこんだてひょう☆

共栄保育園・みのり園

曜日	月 10	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28	土 1・29
献立名	ごはん さけのちゃんちゃんやき ぶろっこりー すましじる	☆やきうどん みそしる ばなな	ごはん ぶたにくのいためもの みそしる	のりごはん さばのしおやき ☆さといものからあげ おんやさい みそしる	☆とうろもこしごはん にこみはんぱーぐ すぱげっていさらだ こんそめすーぷ	ふらんくふるとぱん ベーこんえっぐぱん つなこーんぱん ぎゅうにゅう ばなな つなまよぱん
	主食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 うどん 60 48	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
	材料	サケ 40 32 人参 8 6.4 玉葱 12 9.6 ピーマン 6 4.8 しめじ 8 6.4 キャベツ 20 16 米みそ 3 2.4 酒 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 塩 少々 少々 バター※乳 1.5 1.2 水 適宜 適宜 ブロッコリー 15 12 なめこ 6 4.8 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	豚もも肉 20 16 きゃべつ 30 24 人参 12 9.6 玉葱 12 9.6 酒 1 0.8 みりん 3 2.4 薄口醤油 3 2.4 だしの素 2 1.6 さつま芋 15 12 えのき 4 3.2 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 バナナ 1/3本 /3本	豚もも肉 45 36 人参 12 9.6 玉葱 20 16 ピーマン 10 8 ちりめんじゃこ 5 4 ごま油 2 1.6 砂糖 0.8 0.64 薄口しょうゆ 1 0.8 濃口醤油 1 0.8 なす 10 8 とうがん 12 10 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	さば 40 32 さわら(完了) 32 塩 0.2 0.16 里芋 60 48 塩 適宜 適宜 薄力粉 2 1.6 片栗粉 2 1.6 サラダ油 適宜 適宜 ブロッコリー 15 12 じゃが芋 20 16 塩 適宜 適宜 玉ねぎ 15 12 もやし 5 4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	ホールコーン 20 16 バター※乳 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 酒 2 1.6 塩コショウ 少々 少々 (完了:ゆかりふりかけ) ハンバーグ 1個 1個 マッシュルーム 5 4 デミグラスソース缶 10 8 ホールトマト缶 5 4 コンソメ 0.24 0.19 ウスターソース 1.5 1.2 キャベツ 15 12 ベーコン 5 4 パセリ 0.5 0.4 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8
献立名	ぎゅうにゅう ☆さつまいもどーなつ	☆ふるーつよーぐると(りんご・ばなな) ばーむくーへん	ぎゅうにゅう おはぎ(幼) みにやさいすていっく・せんべい(乳) ちーず	ぎゅうにゅう ぶどう・さかなっこ(幼) ぶどうぜりー・ちーず(乳)	ぎゅうにゅう ふらいどぼてと	ぎゅうにゅう せんべい ひとくちぜりー
	おやつ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 米粉 25 25 ベーキングパウダ 0.7 0.7 砂糖 7 7 さつまいも 60 60 豆乳 30 30 サラダ油 適量 適量 粉砂糖 適量 適量	ヨーグルト※乳 80 80 りんご 30 30 バナナ 30 30 ヨーグルト・加糖 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト *りす・ひよこ カルテツバームクーヘン※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)豆乳くつきー	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 おはぎ 1/2ヶ ミニ野菜スティック 1/2袋 ベビースティック 2枚 チーズ※乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ぶどう 3個 さかなっこ 5 ブドウゼリー 1個 チーズ※乳 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さつまいも 60 60 油 適宜 適宜 塩 適宜 適宜

9月の献立のテーマは
「新メニュー」です♪
☆印がついているのが初めての
メニューになります。



★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。

☆2018ねんど9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 3	火 4・18	水 5・19	木 6・20	金 7・21	土 8・22	
献立名	さけごはん けんちんに みそしる	☆きのこのはやしらいす ふれんちさらだ	ごはん ぶりてりやき たきあわせ みそしる	かれーうどん ☆かぼちやさらだ	ごはん むしどり おんやさい はるさめすーぷ ちーず	さんどいっち つなさんど ぎゅうにゅう ばなな	
	主 食	幼児 乳児 六分米 50 40 鮭フレーク 5	幼児 乳児 六分米 50 40	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 サンドイッチ(ハム・卵) 1ヶ 1ヶ かぼちやパン 2ヶ	
	屋 食	鶏もも肉 30 24 焼豆腐 50 40 大根 25 20 人参 15 12 里芋 20 16 三度豆 4 3.2 だし汁 60 48 砂糖 2 1.6 薄口醤油 8 6.4 みりん 2 1.6 酒 1.2 0.96	豚もも肉 20 24 玉葱 40 48 人参 15 0.4 しめじ 8 6.4 マッシュルーム 8 6.4 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 黒砂糖 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 きやべつ 25 20 人参 6 4.8 ブロッコリー 15 12 ホールコーン 5 4 砂糖 0.8 0.64 塩 0.3 0.24 米酢 2 1.6 サラダ油 2 1.6	プリ 40 32 サワラ(完了) 32 土生姜 1.5 1.2 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 砂糖 0.8 0.64 かんもどき 10 8 人参 15 12 南瓜 20 16 オクラ 8 6 だし汁 45 36 砂糖 1.8 1 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.3 1 みりん 1.3 1 豆腐 15 12 わかめ 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	合挽ミンチ 25 20 人参 8 6.4 玉葱 20 16 葱 1 0.8 カレールウ*乳 8 6.4 →乳ア)乳なしカレールウ 薄口醤油 6 4.8 だし汁 140 112 南瓜 30 24 玉葱 8 6.4 きゅうり 8 6.4 レーズン 0.8 0.64 クリームチーズ※ 5 4 マヨネーズ※卵 5 4 →卵ア)マヨドレ 塩 0.08 0.06	鶏もも肉(からあげ) 60 48 人参 12 10 しめじ 8 6 白胡麻 1 1 砂糖 7.2 6 濃口醤油 4.8 4 米酢 4.8 4 ごま油 0.4 0.3 さつまいも 30 24 ブロッコリー 30 24 マヨドレ 4 3.2 青梗菜 12 10 春雨 1.5 8 薄口醤油 0.2 0.2 鶏がらスープ 1.5 1.2 水 120 96 チーズ※乳 10 5	材料
献立名	ぎゅうにゅう じゃことーすと	よーぐると どーなつ	ぎゅうにゅう ねじりんぼう/せんべい くつきー	おちゃ ☆わかめおにぎり ちーず	ぎゅうにゅう かるびすぜりー	ぎゅうにゅう せんべい ひとくちぜりー	
	おやつ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 食パン※乳 /2枚 /2枚 →乳ア)南瓜パン マヨネーズ※卵 5 4 →卵ア)マヨドレ しらす 5 4 刻みのり 1 0.8	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 1個 1個 →卵乳ア)動物ビスケット3個	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ねじりん棒 12 12 ベビースティック (りす・ひよこ) 2枚 豆乳クッキー 2枚 2枚	お茶 100 100 六分米 40 40 炊き込みわかめ 0.3 0.3 チーズ※乳 10 10	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 カルピス原液※乳 12 12 水 36 36 粉寒天 0.2 0.2 →乳ア)りんごぜりー (3・4才:7日) りんごジュース 1本 おから入り揚げあえ 1袋	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 しょうゆせんべい 1枚 1枚 ベビースティック 2枚 (りす・ひよこ) 一口ぜりー 2個 2個
	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。(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。

☆2018ねんど9がつ きゅうしょくこんだてひょう きりんぐみ☆

曜日 日	月 10	火 11・25	水 12・26	木 13・27	金 14・28	土 1・29	
献立名	ごはん しゅーまい なむる こんそめすーぷ よーぐると	ごはん とりのみそちーずやき しらすあえ すましじる	かれーらいす つなさらだ ふるーつぜりー	ごはん ちんじゃおろーす やさいすていっく みそしる よーぐると	ごはん さわらみそづけやき しらすあえ すましじる なし/りんご ちーず(幼)	ひやしうどん ほしのころつけ 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	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	うどん 幼児 乳児 150 100
きりん組夕食	材料	豚ミンチ 30 24 玉葱 15 12 葱 1 0.8 土生姜 0.5 0.4 砂糖 1.6 1.28 薄口醤油 1.6 1.28 ごま油 0.5 0.4 塩 0.4 0.32 片栗粉 6 4.8 グリーンピース 1 0.8 小松菜 20 16 人参 8 6.4 キャベツ 20 16 砂糖 1.8 1.44 濃口醤油 1.1 0.88 米酢 1.4 1.12 ごま油 0.2 0.16 ウインナー 20 16 玉葱 12 9.6 パセリ 0.5 0.4 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 ヨーグルト・加糖 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 塩 適宜 適宜 米みそ 7.5 6 砂糖 7.5 6 チーズ※乳 15 12 ほうれん草 30 24.0 しらす 4 3.2 濃口醤油 0.5 0.4 わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.64 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96	牛もも肉 30 24 人参 20 16 玉葱 30 24 じゃが芋 40 32 油 2 1.6 カレーウ※乳 10 8 →乳ア)乳なしカレーウ 水 60 48 ツナ缶 10 8.0 きゃべつ 30 24.0 ピーマン 4 3.2 ホールコーン 5 4.0 砂糖 0.65 0.5 塩 0.24 0.2 米酢 1 0.8 サラダ油 1.6 1.3 フルーツゼリー 1個 1個	牛もも肉 25 20 みりん 2 1.6 薄口醤油 2.4 1.92 土生姜 0.5 0.4 筍水煮 8 6.4 ピーマン 6 4.8 玉葱 12 9.6 片栗粉 適宜 適宜 砂糖 0.5 0.4 酒 1 0.8 薄口醤油 1.2 0.96 ごま油 0.6 0.48 人参 12 9.6 きゅうり 12 9.6 マヨドレ 5 4 ポン酢 1 0.8 わかめ 0.2 0.16 豆腐 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78.0 →乳ア)豆乳ヨーグルト	さわら 40 32 米みそ 5 4 三温糖 0.6 0.48 みりん 1 0.8 小松菜 15 12 人参 10 8 つきこんにやく 6 4.8 豆腐 15 12 白胡麻 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 塩 0.2 0.16 薄口醤油 0.5 0.4 玉葱 12 9.6 白菜 12 9.6 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 梨 1/6ヶ りんご 1/6ヶ チーズ※乳 10 0	きゃべつ 30 24 わかめ 0.4 0.32 ツナ缶 10 8 薄口醤油 8 6.4 だし汁 140 112 星のコロッケ 1個 1個 ケチャップ 4 4 ウスターソース 1 1 ヨーグルト・加糖 78 78.0 →乳ア)豆乳ヨーグルト
		献立名	ごはん さばなんばん おからさらだ すましじる ちーず(幼)	ごはん はんぱーぐ おからあえ みそしる ちーず	じゃこおかかごはん にくじゃが みそしる よーぐると	しらすごはん からあげ きりぼしだいこんに みそしる りんご	びびんぱ きゅうりのすのもの だいこんすーぷ ばなな
主食	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	六分米 幼児 乳児 50 40	
きりん組夕食	材料	サバ 40 32 さわら(完了) 32 片栗粉 4 3.2 揚げ油 適宜 適宜 砂糖 1.8 1.4 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 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 12 9.6 マヨドレ 2 1.6 切干大根 3 2.4 葱 0.5 0.4 だし汁 120 96.0 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 1 チーズ※乳 5 0	合挽ミンチ 35 28 玉葱 25 20 パン粉 4 3.2 豆乳 8 6.4 塩 0.35 0.3 ナツメグ 適宜 適宜 ウスターソース 1 0.8 ケチャップ 4 3.2 人参 8 6.4 ほうれん草 25 20 かつお節 0.8 0.6 濃口しょうゆ 0.8 0.6 玉麩 0.8 0.64 わかめ 0.2 0.2 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 5	ちりめんじゃこ 2 1.6 鰹節 0.5 0.4 白ごま 0.5 0.4 ごま油 0.5 0.4 濃口醤油 0.15 0.12 みりん 0.15 0.12 牛もも肉 30 24 人参 20 16 玉葱 20 16 馬鈴薯 40 32 三度豆 4 3.2 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 しめじ 8 6.4 油揚げ 5 4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78.0 →乳ア)豆乳ヨーグルト	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 土生姜 0.8 0.64 濃口醤油 2 1.6 酒 2 1.6 薄力粉・小麦 3.2 2.56 片栗粉 3.2 2.56 揚げ油 3 2.4 切干大根 3 2.4 人参 8 6.4 小松菜 10 8 ごま油 0.5 0.4 だし汁 20 16 砂糖 0.6 0.48 薄口醤油 1.5 1.2 みりん 0.5 0.4 オクラ 10 8.0 玉葱 12 9.6 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96.0 りんご 1/6ヶ 1/6ヶ	牛肉 35 28 土生姜 0.8 0.6 砂糖 1.5 1.2 濃口醤油 3 2.4 ほうれん草 25 20 人参 15 12 もやし 10 8 白胡麻 0.8 0.6 三温糖 0.2 0.2 濃口醤油 1 0.8 きざみのり 0.7 0.6 きゃべつ 8 6.4 きゅうり 25 20.0 わかめ 0.3 0.2 白ごま 1 0.8 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1.2 米酢 1 0.8 大根 15 12.0 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 1/2本 1/2本	鮭フレーク 10 8 玉葱 10 8 ホールコーン 3 2.4 葱 0.5 0.4 ごま油 1.5 1.2 薄口醤油 0.5 0.4 塩 0.2 0.16 酒 2 1.6 わかめ 0.2 0.16 葱 0.6 0.48 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78.0 →乳ア)豆乳ヨーグルト
		献立名	ごはん はんぱーぐ おからあえ みそしる ちーず	じゃこおかかごはん にくじゃが みそしる よーぐると	しらすごはん からあげ きりぼしだいこんに みそしる りんご	びびんぱ きゅうりのすのもの だいこんすーぷ ばなな	ちゃーはん すましじる よーぐると

★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。

