

★2018ねんど8がつ きゅうしょくこんだてひょう★ 共栄保育園・みのり園

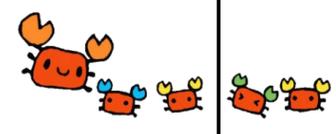
曜日	月 6・20	火 7・21	水 8・22	木 9・23	金 10・24	土 25
献立名	ごはん	ごはん	うめじゃこごはん	ごはん	ごはん	ぎゅうにゅう
	かばやき	ちきんのらたといゆそーすがけ	ころっけ	むしどり	てりやきふうはんぱーぐ	さんどいっち
	ゆかりあえ	こんそめすーぷ	おかかあえ	おんやさい	ごまどれさらだ	つなさんど
主食	六分米	六分米	六分米	六分米	六分米	六分米
	幼児 50	幼児 50	幼児 50	幼児 50	幼児 50	幼児 50
	乳児 40	乳児 40	乳児 40	乳児 40	乳児 40	乳児 40
屋食	いとし	鶏肉(から揚げ用)	ちりめんじゃこ	鶏もも肉	合びき肉	南瓜パン
	さわら	塩	梅干	人参	玉葱	ツナフレーク
	薄力粉	ウインナー	星のコロッケ	しめじ	パン粉	マヨドレ
材料	サラダ油	なす	ケチャップ	白胡麻	豆乳	牛乳
	砂糖	玉ねぎ	ウスターソース	砂糖	卵	→乳ア)豆乳
	濃口醤油	ズッキーニ	ほうれん草	濃口醤油	ナツメグ	→乳ア)豆乳
おやつ	みりん	ホールトマト缶	人参	米酢	塩	バナナ
	だし汁	にんにく	オクラ	ごま油	薄口醤油	1/2本 1/2本
	きゅうり	オリーブ油	鰹節	オクラ	酒	
材料	きゃべつ	酒	薄口醤油	南瓜	みりん	
	ゆかり	砂糖	えのき	マヨドレ	砂糖	
	白ゴマ	塩	玉葱	チンゲンサイ	だし汁	
材料	プチトマト	ケチャップ	米みそ	春雨	片栗粉	
	わかめ	こいくち醤油	だし汁	薄口醤油	水	
	卵	人参		鶏ガラスープの素	きゃべつ	
材料	→卵ア)豆腐	キャベツ		水	ブロッコリー	
	塩	水		チーズ※乳	人参	
	薄口醤油	コンソメ			ホールコーン	
材料	みりん	薄口醤油			すりごま	
	だし汁				マヨドレ	
	チーズ※乳				砂糖	
献立名	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	よーぐると	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう
	すいか / めろん	とうもろこしのしおゆで、ちーず(幼)	わらびもち(幼)	どーなつ	ばなな	くつきー
		ふる一つぜりー(乳)	りんご・せんべい(乳)		みにやさいすていっく	びすけつと
材料	牛乳	牛乳	牛乳	ヨーグルト・加糖	牛乳	牛乳
	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳ヨーグルト	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳
	スイカ	とうもろこし	わらび粉	カルテッドーナツ※卵乳	バナナ	豆乳クッキー
材料	メロン	チーズ※乳	黒砂糖	→卵乳ア)豆乳クッキー	ミニ野菜スティック	動物ビスケット
		フルーツゼリー	水			ベビースティック
			きな粉			(ひよこ)
材料			三温糖			
			塩			
			ベビースティック			
材料			りんご			



★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。

☆2018ねんど8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 13・27	火 28	水 1・29	木 2・30	金 3・17・31	土 4・18
	じゃこふりかけごはん けんちんに みそしる *13日はお弁当給食になります。	のりごはん てんぷら にんじんしりしり すましじる	なつやさいかれー まめまめさらだ	ごはん さけまよねーずやき きゃべつのうめあえ とうがんじる	にくうどん さつまいもとかぼちゃのさらだ	くろっくむっしゅ 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	幼児 乳児 六分米 50 40 のり佃煮 10 8	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 クロックムッシュ※卵乳 3ヶ 2ヶ 南瓜パン(アレルギー・りす・ひよこ) 2ヶ
昼食	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 オクラ 8 6 米みそ 6.5 5 だし汁 120 96	鶏もも肉 40 32 なす 15 12 南瓜 20 16 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 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 1.5 1.2 油 適宜 適宜 わかめ 0.2 0 玉麩 0.8 1 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 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 大豆水煮 15 12 玉葱 10 8 人参 5 4 胡瓜 10 8 ホールコーン 5 4 パセリ 1 0.8 砂糖 0.4 0.32 油 3 2.4 米酢 3.5 2.8 塩 0.3 0.24	サケ 40 32 塩 0.1 0.08 玉葱 1 0.8 パセリ 0.5 0.4 マヨネーズ※卵 5 4 牛乳 2 1.6 粉チーズ※乳 1.5 1.2 →卵ア)マヨドレ →乳ア)豆乳 キャベツ 30 24 オクラ 12 9.6 梅干し 5 4 薄口醤油 3 2.4 みりん 1.5 1.2 油揚げ 3 2.4 とうがん 30 24 人参 4 3.2 塩 0.3 0.24 薄口醤油 3 2.4 だし汁 120 96	牛もも肉 30 24 薄口醤油 3.6 2.88 みりん 3.6 2.88 砂糖 3.6 2.88 だし汁 5 4 人参 10 8 玉葱 15 12 葱 1 0.8 薄口醤油 8 6.4 だし汁 140 112 さつまいも 20 16 南瓜 10 8 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 →卵ア)マヨドレ 塩 0.08 0.064	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 薄口醤油 8 6.4 だし汁 140 112 さつまいも 20 16 南瓜 10 8 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 →卵ア)マヨドレ 塩 0.08 0.064
材料						
献立名	ぎゅうにゅう しおせんべい / ぼーろかぼちゃ くつきー	ふる一つよーぐると かるてつぱーむくーへん	ぎゅうにゅう きらきらぜりー べびーすていっく(幼)	ぎゅうにゅう きなこさんど ちーず(幼) とうにゅうあいす(2日幼児のみ)	おちゃ さけおにぎり ちーず	ぎゅうにゅう くつきー びすけつと
おやつ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 塩せんべい 2枚 2枚 ポーロかぼちゃ 10 *りす・ひよこ 豆乳クッキー 2枚 2枚	ブルガリアヨーグルト※乳 80 80 →乳ア)豆乳ヨーグルト バナナ 60 60 ヨーグルト・加糖 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト *りす・ひよこ かるてつぱーむくーへん※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)豆乳くつきー	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 カトゼリー・長野県産ぶどう 30 30 カトゼリー・山形産ふじりんご 30 30 みかん缶 20 20 ベビースティック 2枚	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 南瓜パン 2個 1個 マーガリン※乳 2 2 →乳ア)いちごジャム きなこ 1 1 砂糖 1 1 チーズ※乳 5 <2日幼児のみ> 豆乳 65 キウイジャム 適宜 チーズ※乳 10	お茶 100 100 六分米 30 30 サケフレーク 3 3 焼き海苔 適宜 チーズ※乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 豆乳クッキー 2枚 2枚 動物ビスケット 1袋 1袋 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。  
★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8がつきりんきゅうしょくこんだてひょう☆ みのり園

曜日 日	月 6・20	火 7・21	水 8・22	木 9・23	金 10・24	土 25	
献立名	ごはん とりのうめてりやき すのもの みそしる めろん	ごはん ぶたにくのしょうがやき なつやさい みそしる ちーず(幼)	ぞうめん/うどん ぽてとさらだ かきごおり(8日幼児) ふる一つぜりー(8日乳児) ちーず	たこらいす ふらいどぽてと こんそめすーぷ	ごはん さけなんばんあげ おからさらだ みそしる よーぐると	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	そーめん 100 うどん 100	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40
		き り ん 組 夕 食	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 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 豆腐 15 12 なめこ 8 6.4 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 メロン 60 60	豚ロース肉 40 32.00 玉葱 15 12 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 トマト 20 16 きゅうり 20 16 マヨドレ 適宜 適宜 大根 15 12 人参 8 6.4 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 チーズ※乳 5	牛もも肉 12 9.6 人参 8 6.4 玉葱 10 8 オクラ 5 4 塩 0.4 0.32 薄口醤油 6 4.8 みりん 1.8 1.44 だし汁 140 112 じゃが芋 30 24 胡瓜 8 6.4 ツナフレーク 5 4 豆乳 1.6 1.28 マヨドレ 4 3.2 塩 0.08 0.06 かきごおり 適宜 フルーツゼリー 1個 チーズ※乳 10 5	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	サケ 40 40 片栗粉 4 4 揚げ油 適宜 適宜 砂糖 1.8 1.8 米酢 3 3 濃口醤油 3 3 だし汁 3 3 片栗粉 3 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 マヨドレ 2 1.6 ほうれん草 12 9.6 えのき 6 4.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト
材 料							
曜日 日	月 13・27	火 28	水 1・29	木 2・30	金 3・17・31	土 4・18	
献立名	ごはん ぶりのしおれもんやき ごまあえ みそしる ぎゅうにゅう	ごはん さばしおやき きりぼしだいこんに みそしる ちーず	やきうどん ぐたくさんじる ばなな、ぎゅうにゅう	ごはん からあげ さらだ こんそめすーぷ めろん	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	ひやしそーめん ころっけ よーぐると	
	主 食	六分米 50 40	六分米 50 40	うどん 100 80	六分米 50 40	六分米 50 40	そーめん 100 80
		き り ん 組 夕 食	ぶり 40 32 さわら 32 塩 0.3 0.24 レモン汁 4 3.2 ほうれん草 25 20.0 人参 8 6.4 小松菜 1 0.8 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1.2 きゃべつ 15 12 人参 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 牛乳 100 70 →乳ア)豆乳	さば 40 32 *完了・さわら 32 塩 0.3 0.24 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 じゃがいも 15 12 玉葱 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 5	豚もも肉 24 24 人参 12 9.6 ズッキーニ 12 9.6 きゃべつ 30 24 サラダ油 適宜 適宜 塩 適宜 適宜 豆腐 15 12 大根 8 6.4 人参 8 6.4 しめじ 6 4.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 バナナ 1/2 1/2 牛乳 100 70 →乳ア)豆乳	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 ホールコーン 4 3.2 人参 10 8 ブロッコリー 30 24 青じそドレッシング 3 2.4 ベーコン 5 4 きゃべつ 15 12 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1.2 メロン 60 60	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 ビーン 7 5.6 塩 0.3 0.24 薄口醤油 3 2.4 みりん 1.5 1.2 ブロッコリー 20 16 白菜 15 12 しめじ 6 4.8 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト
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。