

☆2018ねんど12がつきゅうしょくこんだてひょう☆

曜日 日	げつ 10	か 11・25	すい 12・26	もく 13・27	きん 14・28	ど 1
献立名	ごはん さばのみそに きりぼしだいこん みそしる	ふゆやさいかれー まめまめさらだ	ごはん しゅーまい ごますあえ かきたますーぷ	ごはん さわらゆずみそやき ごしょくあえ すましじる ちーず(幼)	ぱん えびさらだ ぽとふ	さんどいっち つなさんど ぎゅうにゅう ばなな
	28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 バターロール※卵乳 2ヶ 2ヶ 南瓜パン(ひよこアレルギー) 2ヶ →アレルギー・ひよこ)かぼちゃぱん 2ヶ	幼児 乳児 サンドイッチ※卵乳 1ヶ 1ヶ
	屋食	サバ 40 40 サワラ 40 土生姜 1 1 水 40 40 砂糖 3.5 3.5 米みそ 9 9 みりん 4.5 4.5 切干大根 3 2.4 人参 8 6.4 油揚げ 2 1.6 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 玉葱 15 12 じゃが芋 15 12 米みそ 6.5 5 だし汁 120 96 	豚ロース肉 30 24 人参 20 16 里芋 15 12 大根 30 24 ほうれん草 10 8 油 1 0.8 カレーウ※! 10 8 →乳ア)乳なしカレーウ 水 60 60 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	豚ミンチ 30 24 玉葱 15 12 葱 1 0.8 生姜汁 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 シューマイの皮 適宜 適宜 ほうれん草 25 20 人参 8 6.4 しめじ 8 6.4 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 わかめ 0.2 0.16 卵 15 12 →卵ア)豆腐 鶏がらの素 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.16 水 120 96 片栗粉 適宜 適宜	サワラ 40 32 ゆず味噌 5 4 みりん 2 1.6 小松菜 15 12.0 もやし 12 9.6 人参 8 6.4 しめじ 6 4.8 ホールコーン 3 2.4 かつお節 1.2 1.0 薄口醤油 2 1.6 切干大根 3 2.4 みつ葉 0.5 0.4 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96.0 チーズ※乳 5	むきえび※甲殻類 10 8 →完了・アレルギー)ツナフ 塩・下味 0.1 0.08 酒・下味 1 0.8 ブロッコリー 25 20 カリフラワー 20 16 人参 6 4.8 ホールコーン 5 4 マヨネーズ※! 6 4.8 →卵ア)マヨドレ 塩 0.1 0.08 ウィンナー 3本 2本 馬鈴薯 40 32 玉葱 20 16 人参 20 16 パセリ 0.3 0.24 だし汁 120 120 塩 0.65 0.52
献立名	ぎゅうにゅう どーなつ くっきー	ぎゅうにゅう ぱんみみらすく(幼児、ぱんだ) じゃむさんど(りす、ひよこ) ちーず(幼)	ぎゅうにゅう ばなな せんべい/くっきー	ぎゅうにゅう ひとくちゼリー ねじりんぼう	ぎゅうにゅう どうぶつびすけつと ちーず	ぎゅうにゅう くつきー せんべい
	おやつ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 カルテツペビードーナツ 3ヶ 2ヶ ※卵乳 →卵乳ア)ねじりんぼう 12 豆乳クッキー 2枚 2枚	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 パン耳 3本 2本 油 適宜 適宜 グラニュー糖 1 0.8 (幼児、ぱんだ) →乳ア) 南瓜パン 1個 いちごジャム (りす、ひよこ) 5 チーズ※乳 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1/2本 1/2本 ざらめせんべい 1p 1p 豆乳クッキー 2枚 (りすひよこ)	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ひとくちゼリー 1個 1個 ねじりん棒 15 12 ベビースティック 1枚 *ひよこ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 どうぶつビスケット 1袋 1袋 チーズ※乳 5 5

★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12がつきゅうしょくこんだてひょう☆

曜日 日	げつ 3・17	か 4・18	すい 5・19	もく 6・20	きん 7・21	ど 8・22
献立名	かみかみおこのみやき	ふりかけごはん	ごはん	きつねうどん	ごはん	ふらんくふると
	ぐたくさんじる	にくじゃが <small>なめこととうふのみそしる</small>	さけとやさいのやきびたし おんやさい <small>だいこんとあぶらあげのみそしる</small> ちーず(幼)	ぽてとさらだ ちーず	とりのおいすたーそーすやき しらすあえ みそしる	ベーこんえつぐ つなこーん つなさんど こんそめすーぷ ばなな
主食	薄力粉 15 15	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	フランクフルト 1ヶ 1ヶ ベーコンエッグ 1ヶ
	B.P 0.5 0.4 だし汁 20 16 塩 0.8 0.64 卵 30 24 豚ミンチ 30 24 ちりめんじゃこ 3 キャベツ 60 48 切干大根 3 葱 10 8 かつお粉 1.4 1.12 お好みソース 20 16 マヨネーズ※卵 10 8	牛もも肉 25 20 人参 20 16 玉葱 20 16 馬鈴薯 60 48 三度豆 4 3.2 しめじ 8 6.4 しらたき 8 6.4 砂糖 2 1.6 塩 0.2 0.16 濃口醤油 3.5 2.8 みりん 2 1.6 だし汁 15 12	サケ 40 32 片栗粉 2 1.6 きゃべつ 40 32 ピーマン 8 6.4 玉葱 20 16 しめじ 10 8 人参 10 8 油 5 4 薄口醤油 5 4 みりん 5 4 ブロッコリー 15 12 大根 20 16 油揚げ 3 2.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 5	油揚げ 30 24 みりん 2 1.6 濃口醤油 2 1.6 砂糖 0.8 0.64 だし汁 適宜 適宜 葱 1 0.8 ほうれんそう 15 12 薄口醤油 8 4.8 だし汁 140 112.0 じゃが芋 25 20.0 胡瓜 8 6.4 ツナ缶 5 4.0 卵 8 6.4 豆乳 1.6 1.3 マヨネーズ※卵 4 3.2 →卵ア)マヨドレ 塩 0.08 0.1 チーズ※乳 10 5	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 にんにく 0.1 0.08 オイスターソー 5 4 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 大根 8 6.4 白菜 15 12 米みそ 6.5 5 だし汁 120 96	ツナコーン 1ヶ 1ヶ ※乳卵 南瓜パン 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5 *ひよこ・アレルギー児 キャベツ 20 16 わかめ 0.2 0.16 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
材料	あおのり 0.5 0.4 鰹節 0.5 0.4 しめじ 6 4.8 里芋 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	なめこ 6 4.8 豆腐 20 16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96				
献立名	ぎゅうにゅう きなこまかろに	ぎゅうにゅう ぱうんどけーき	よーぐると さかなっこ せんべい(幼)	おちゃ のりじゃこおにぎり するめ(幼)	ぎゅうにゅう ばーむくーへん くつきー	ぎゅうにゅう くつきー せんべい
	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 マカロニ 15 12 きな粉 5 4 砂糖 4 3 塩 0.1 0.1	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 りんごジャム 10 10 →卵・乳ア)フルーツゼリー	十勝ヨーグルト 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト さかなっこ 5 ベビースティック 2枚	お茶 100 100 六分米 30 24 ちりめんじゃこ 5 4 ごま油 1 0.8 薄口しょうゆ 1.8 1.44 三温糖 0.9 0.72 青海苔 0.15 0.12 ソフト焼きするめ 2本	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 厚切りバームクーヘン※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)ベビースティック 動物園クッキー 12 12	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 1p 1p ベビースティック 1枚 *りす・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。

☆2018ねんど12がつきゅうしょくこんだてひょう☆みのり園

曜日	げつ 10	か 11・25	すい 12・26	もく 13・27	きん 14・28	ど 1		
きりん組夕食	献立名	まーぼーどんぶり はるさめさらだ ちゅうかすーぷ ぎゅうにゅう	ごはん みーとろーふ おんやさい こーんすーぷ	ふりかけごはん ふらいどちきん まかろにさらだ こんそめすーぷ ぷりん、ちーず	うどんなべ ばなな よーぐると	ごはん さけしおやき きんぴら みそしる ぎゅうにゅう	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	六分米 50 40	六分米 50 40 <small>ゆかり</small>	うどん 150 100	六分米 50 40	六分米 50 40	
	材料	豆腐 65 52.0 豚ミンチ 15 12.0 人参 8 6.4 葱 5 4.0 しめじ 8 6.4 土生姜 0.3 0.2 にんにく 0.1 0.1 ごま油 1.2 1.0 赤味噌 2.5 2.0 三温糖 0.9 0.7 濃口醤油 2.5 2.0 だし汁 15 12.0 片栗粉 0.65 0.5 春雨 3 2.4 わかめ 0.2 0.16 ホールコーン 3 2.4 きゅうり 5 4 砂糖 2 1.6 薄口しょうゆ 2 1.6 米酢 3.3 2.64 きゃべつ 12 9.6 ベーコン 3 2.4 薄口醤油 0.2 0.16 中華スープ 1.5 1.2 水 120 96 牛乳 100 80 →乳ア)豆乳	合挽きミンチ 30 24 塩 0.15 0.12 ナツメグ 玉葱 15 12 油 0.25 0.2 豆乳 5 4 パン粉 3 2.4 しめじ 3.5 2.8 人参 2 1.6 ホールコーン 2 1.6 トマトピューレ 3 2.4 ウスターソース 3 2.4 ブロッコリー 8 6.4 人参 10 8 じゃがいも 10 8 コーンクリーム缶 60 48 牛乳 100 80 →乳ア)豆乳 塩 0.8 0.64 きゅうり 20 16 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口しょうゆ 1 0.8 プリン※卵乳 1個 1個 <small>→卵乳ア)フルーツゼリー</small> チーズ※乳 10 5	手羽元(12日幼児のみ) 2本 鶏もも肉(からあげ用) 48 酒 7.5 6 薄口醤油 4.5 3.6 土生姜 0.5 0.4 三温糖 1.5 1.2 片栗粉 5 4 小麦粉 5 4 マカロニ 8 6.4 きゅうり 10 8 人参 10 8 玉ねぎ 5 4 ツナ 5 4 マヨドレ 3 2.4 塩 適宜 適宜 かぶ・葉つき 20 16 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口しょうゆ 1 0.8 プリン※卵乳 1個 1個 <small>→卵乳ア)フルーツゼリー</small> チーズ※乳 10 5	鶏肉 35 28 豆腐 30 24 葱 0.8 0.64 えのき 12 9.6 白菜 30 24 しめじ 12 9.6 油揚げ 8 6.4 人参 12 9.6 だし汁 120 96 白だし 30 24 酒 15 12 バナナ 1/2本 1/2本 十勝ヨーグルト 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト	サケ 40 32 塩 0.3 0.24 ごぼう 15 12 人参 12 9.6 こんにゃく 22 17.6 濃口醤油 4 3.2 みりん 4 3.2 三温糖 0.7 0.56 適宜 適宜 水 12 9.6 じゃが芋 15 12.0 玉葱 15 12.0 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 牛乳 100 80 →乳ア)豆乳	牛もも肉 50 40 玉ねぎ 40 32 人参 5 4 しめじ 8 6.4 だし汁 10 8 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 3 2.4 みりん 2 1.6 わかめ 0.2 0.16 じゃが芋 20 16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 十勝ヨーグルト 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト	
	きりん組夕食	献立名	ごはん ぶりだいこん <small>かぼちゃとたまねぎのみそしる</small> ちーず	ごはん とりてりやき しらあえ みそしる	ごはん ぶたにくのみそいため すましじる みかん/みかんかん	ごはん おでん じゃこぴーまん みそしる	ごはん かれないのむにえる おんやさいさらだ みそしる りんご ぎゅうにゅう	うどんなべ よーぐると
		主食	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	うどん 150 100
		材料	ブリ 40 32 サワラ *完了 32 大根 50 40 人参 10 8 三度豆 4 3.2 土生姜 1 0.8 だし汁 64 51.2 砂糖 3.2 2.56 薄口醤油 6 4.8 みりん 7 5.6 酒 4.8 3.84 南瓜 25 20 玉葱 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 5	鶏もも肉(からあげ用) 60 48 生姜汁 0.2 0.16 砂糖 2 1.6 濃口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 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 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	豚ロース肉 40 32 にんにく 0.3 0.24 土生姜 0.3 0.24 玉葱 25 20 人参 8 6.4 厚揚げ 15 12 小松菜 12 9.6 ごま油 1.2 0.96 米みそ 3 2.4 みりん 3 2.4 白菜 15 12 葱 0.5 0.4 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96.0 みかんS 1個 みかん缶 30	鶏もも肉(からあげ用) 35 28 大根 40 32 じゃが芋 30 24 人参 12 9.6 厚揚げ 20 16 こんにゃく 10 8 砂糖 2 1.6 塩 0.1 0.08 薄口醤油 6 4.8 みりん 2 1.6 だし汁 50 40 ちりめんじゃこ 2 1.6 ピーマン 15 12 白ごま 1 0.8 ごま油 1 0.8 砂糖 0.3 0.24 薄口醤油 0.6 0.48 ほうれん草 10 8 えのき 4 3.2 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	カレー 50 40 塩 0.4 0.3 小麦粉 2.5 2 バター※乳 1.2 0.9 油 1.2 0.9 ツナ 8 6.4 きゃべつ 20 16 人参 8 6.4 ブロッコリー 10 8 青じそドレッシング 3 3.2 豆腐 15 12 わかめ 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 りんご 1/6ヶ 1/6ヶ 牛乳 100 80 →乳ア)豆乳	鶏肉 35 28 豆腐 30 24 葱 1 0.8 えのき 12 9.6 白菜 35 28 しめじ 12 9.6 油揚げ 10 8 人参 12 9.6 だし汁 120 96 白だし 30 24 酒 3 2.4 十勝ヨーグルト 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト



★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。