

☆2019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 5・19	火 6・20	水 7・21	木 8・22	金 9・23	土 10・24
献 立 名	ごはん ぶりのうめてりやき なつやさい はるさめすーぷ ちーず(幼)	ごはん とうふはんぱーぐ ごまどれさらだ みそしる	なつやさいかれー まめまめさらだ	うめじゃこごはん ころっけ おかかあえ みそしる	のりごはん さばのしおやき かぼちゃのそぼろに すましじる ちーず	ぎゅうにゅう さんどいっち つなさんど ばなな
	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	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	六分米 50 40
	のり佃煮					さんどいっち※乳卵 1ヶ 1ヶ →乳卵ア・りす・こあら・ひよこ)
	ぶり 40 32 さわら 32 土生姜 0.4 0.3 梅干 2 1.6 濃口しょうゆ 2 1.6 みりん 2 1.6 砂糖 0.8 0.6 とうもろこし 1/10個 トマト 15 12 きゅうり 15 12 塩 適宜 適宜 チンゲン菜 10 8.0 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 5	豆腐 30 24 ツナフレーク 12 9.6 鶏ミンチ 18 14 玉葱 6 4.8 葱 3.5 2.8 パン粉 4 3.2 マヨドレ 4.5 3.6 塩 0.2 0.1 ウスターソース 1 0.8 ケチャップ 4 3.2 きゃべつ 15 12 ブロッコリー 15 12 人参 8 6.4 ホールコーン 5 4 すりごま 2 1.6 マヨドレ 3 2.4 砂糖 1.5 1.2 米酢 1 0.8 薄口醤油 0.5 0.4 ごま油 0.4 0.3 わかめ 0.2 0.2 玉葱 15 12 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96	豚ミンチ 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 0.3 油 3 2.4 米酢 3.5 2.8 塩 0.3 0.2	ちりめんじゃこ 4 3.2 梅干 2 1.6 星のコロッケ 40 32 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 ほうれん草 30 24 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 厚揚げ 20 16 玉葱 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 5	さば 40 32 さわら 32 塩 0.2 0.2 合いびき肉 8 6.4 南瓜 40 32 人参 12 9.6 三度豆 5 4 だし汁 30 24 砂糖 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 片栗粉 適宜 適宜 豆腐 15 12 しめじ 8 6.4 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 チーズ※乳 10 5	南瓜パン 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
屋 食	材料	材料	材料	材料	材料	材料
献 立 名	ぎゅうにゅう すいか (幼) めろん・かぼちゃぼーろ(乳)	よーぐると どーなつ	ぎゅうにゅう おだんご(幼) べびーすていっく・ちーず(乳)	うめじゅーす(幼・8日)ぎゅうにゅう とうもろこしのしおゆで くっきー	おちゃ さけおにぎり だいずのあまからに(幼)	ぎゅうにゅう びすけっと ひとくちゼリー
	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食
	牛乳 120 100	ヨーグルト・加糖 78 78	牛乳 120 100	牛乳 120 100	お茶 100 100	牛乳 120 100
	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳ヨーグルト	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳		→乳ア)豆乳
	スイカ 80	カルテツドーナツ※卵乳 2個 1個 →卵乳ア)豆乳クッキー	白玉粉 9 豆腐 9 水 3.5 きな粉 4 砂糖 4 塩 1 薄口醤油 1 水 2.3 砂糖 2 水溶き片栗粉 適宜 ベビースティック 2枚 チーズ※乳 5	梅ジュース 30 *8日幼児のみ とうもろこし 1/6個 豆乳くっきー 2枚	六分米 20 40 サケフレーク 1.5 3 大豆水煮 20 片栗粉 1.5 サラダ油 適宜 砂糖 1.2 濃口醤油 1.2 米酢 0.4 ちりめんじゃこ 1 青のり 適宜	動物ビスケット 1袋 1袋 一口ゼリー 1個 1個
	メロン 40 南瓜ボーロ 10					
お や つ	材料	材料	材料	材料	材料	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。

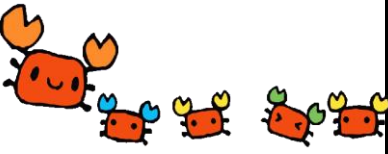
☆2019ねんど8がつ きゅうしょくこんだてひょう☆ 共栄保育園・みのり園

曜日		月 26		火 13・27		水 28		木 1・29		金 2・30		土 3・17・31	
主 食	食	じゃこふりかけごはん		ごはん		うどん		ごはん		ごはん		ひやしうどん(3日)	
		けんちんに みそしる		さけまよねーずやき しらあえ とうがんじる		てんぷら にんじんしりしり		かばやき おからさらだ かきたまじる		ちんじゃおろーす ぶろっこりー みそしる		なつやさい(3日) くろつくむっしゅ/つなさんど ぎゅうにゅう ばなな	
		*13日は、お弁当給食になります。											
盛 食	材 料	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 六分米 50 40		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・こあら・ひよこ) 2ヶ	
		ちりめんじゃこ 4 3.2 薄口醤油 0.5 0.4 ごま油 0.3 0.2 豚ロース肉 20 16 焼豆腐 50 40 大根 40 32 人参 20 16 板こんにゃく 12 9.6 里芋 20 16 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 1 玉葱 15 12 オクラ 8 6 米みそ 6.5 5 だし汁 120 96		サケ 40 32 塩 0.1 0.1 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 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 油揚げ 3 2.4 とうがん 30 24 人参 4 3.2 塩 0.3 0.2 薄口醤油 3 2.4 だし汁 120 96		葱 1 0.8 薄口醤油 8 6.4 だし汁 140 112 鶏もも肉 35 28 なす 15 12 南瓜 20 16 薄力粉 10 8 B.P 0.4 0.3 冷水 10 8 卵 4.5 3.6 揚げ油 5 4 にんじん 28 22.4 ツナ 8 6.4 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		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 おから 15 12 砂糖 1.4 1 塩 0.3 0 薄口醤油 0.8 1 だし汁 6 5 玉ねぎ 12 10 人参 10 8 きゅうり 12 10 マヨドレ 2 2 わかめ 0.2 0.16 卵 15 12 →卵ア)豆腐 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96		牛もも肉 30 24 薄口しょうゆ 2 1.6 みりん 2.4 1.9 土生姜 0.5 0.4 筍水煮 10 8 ピーマン 6 4.8 玉葱 15 12 片栗粉 適宜 適宜 砂糖 0.5 0.4 酒 1 0.8 薄口醤油 1.2 1 ごま油 0.6 0.5 ブロッコリー 20 16.0 えのき 3 2.4 南瓜 25 20.0 米みそ 6.5 5 だし汁 120 96		ツナフレーク 8 マヨドレ 5 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ /2本 /2本 (3日) うどん 150 100 葱 0.5 0.4 めんつゆ 適宜 適宜 牛もも肉 15 12 玉ねぎ 8 6.4 薄口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 砂糖 2 1.6 きゅうり 15 12 トマト 15 12 オクラ 6 4.8 マヨドレ 2 1.6	
お や つ	献 立 名	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 しおせんべい / ぼーろかぼちゃ くっきー		ふる一つよーぐると かるてつばーむくーへん		ぎゅうにゅう みにやさいすていっく ひとくちゼリー		ぎゅうにゅう きなこさんど ちーず(幼)		ぎゅうにゅう びすけっと ちーず	
		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 ばなな 1/2本		牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 塩せんべい 2枚 2枚 *幼・ぱんだ・うさぎ・こあら ボーロかぼちゃ 10 *りす・ひよこ 豆乳クッキー 2枚 2枚 *全クラス		ブルガリアヨーグルト 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・こあら・ひよこ かるてつバームクーヘン※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)豆乳くっきー		牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ミニ野菜スティック 1袋 1袋 一口ゼリー 1個 1個		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		牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 動物ビスケット 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。

★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 5・19	火 6・20	水 7・21 	木 8・22	金 9・23	土 10・24
きりん組夕食	献立名 ごはん とりのおいすたーそーすやき すのもの みそしる	ごはん さけのなんばんあげ ひじきに みそしる ちーず(幼)	そうめん(7・21日) いためもの(7日) よーぐると(7日) かきあげ(21日) かきごおり(21日)	たこらいす ぐたくさんすーぷ ぜりー	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	はやしらいす 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	そうめん 幼児 乳児 うどん 100 100	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
	材料 鶏肉(から揚げ用) 60 48 にんにく 0.1 0.1 オイスターソース 4 3.2 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 	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 適宜 適宜 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 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 チーズ※乳 5 	きゅうり 10 8 プチトマト 2個 錦糸卵 2 1.6 ツナ缶 6 4.8 ハム※卵 5 4 めんつゆ 適宜 適宜 南瓜 18 14.4 茄子 10 8 ズッキーニ 12 9.6 玉ねぎ 10 8 ごま油 1 0.8 砂糖 0.8 0.6 薄口醤油 0.8 0.6 濃口醤油 0.8 0.6 (7日のみ) ヨーグルト※乳 78 78 (7日のみ) 南瓜 18 14.4 茄子 10 8 ホールコーン 4 3.2 ズッキーニ 12 9.6 玉ねぎ 10 8 薄力粉 10 8 ベーキングパウダー 0.4 0.32 水 10 8 卵 4.5 3.6 サラダ油 適宜 適宜 (21日のみ) かきごおり・シロップ (21日のみ)	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 人参 8 6.4 玉ねぎ 10 8.0 じゃが芋 10 8.0 ブロッコリー 10 8.0 水 120 96.0 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 フルーツゼリー 1個 1個	豚ロース肉 60 48.00 玉葱 25 20 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 10 5	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 16 ハヤシルウ※乳 20 20 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
曜日 日	月 26	火 13・27	水 28	木 1・29	金 2・30	土 3・17・31
きりん組夕食	献立名 ごはん みーとろーふ きゅうりのすのもの こーんすーぷ	やきうどん ぐたくさんじる ばなな、ぎゅうにゅう	ごはん ぶたにくとびーふんいため やさいすていっく みそしる	ごはん からあげ さらだ こんそめすーぷ よーぐると	えだまめごはん さわらのしおこうじやき きりぼしだいこんに みそしる	ぎゅうどん じゃがいものみそしる よーぐると
	主食 六分米 幼児 乳児 50 40	うどん 幼児 乳児 100 80	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
	材料 合いびき肉 30 24 塩 0.2 0.12 ナツメグ 適宜 適宜 卵 2.5 2 パン粉 3 2.4 豆乳 5 4 玉ねぎ 15 12 人参 2 1.6 サラダ油 0.5 0.4 しめじ 3.5 2.8 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 きゅうり 30 24 しらす 2 1.6 わかめ 0.4 0.3 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 クリームコーン缶 60 48 牛乳 100 80 塩 0.8 0.6	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 薄口醤油 3 2.4 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 白菜 15 12 しめじ 6 4.8 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96	豚ロース肉 25 20 酒 0.8 0.6 土生姜 0.2 0.2 サラダ油 1 0.8 人参 10 8 玉ねぎ 20 16 筍水煮 12 9.6 ビーフン 7 5.6 塩 0.3 0.2 薄口醤油 3 2.4 みりん 1.5 1.2 きゅうり 15 12 人参 15 12 三度豆 8 6.4 マヨドレ 4 3.2 ポン酢 1 0.8 白菜 15 12 しめじ 6 4.8 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96	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 ヨーグルト※乳 78 78	枝豆 15 12 塩 適宜 適宜 さわら 40 32 塩麴 0.2 0.16 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 0.5 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	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 じゃが芋 20 16 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト※乳 78 78 

★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。