

☆2020ねんど4がつ きゅうしよくこんだてひょう☆

共栄保育園・みのり園

曜日	月 13・27	火 14・28	水 1・15	木 2・16・30	金 3・17	土 18
献立名	ごはん はんぱーぐ おんやさい みそしる	ふりかけごはん やさしいため みそしる	ごはん とりのしおこうじやき ひじきに みそしる	ごはん さわらのてりやき おんやさい すましじる	かれーらいす ばなな ちーず	
	*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 ゆかり 3 2	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	
	屋敷	ハンバーグ 1個 1個 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 ブロッコリー 20 16 栗かぼちゃ 20 16 豆腐 15 12 玉葱 12 9.6 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚もも肉 50 40 人参 12 9.6 玉葱 15 12 きゃべつ 15 12 ちりめんじゃこ 5 4 ごま油 2 1.6 砂糖 0.8 0.6 薄口醤油 1 0.8 濃口醤油 1 0.8 わかめ 0.8 0.6 なめこ 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	鶏もも肉(唐揚げ用) 60 48 塩麹 3 2.4 ひじき 2 1.6 人参 8 6.4 油揚げ 3 2.4 ごま油 1 0.48 砂糖 2 1.6 薄口醤油 2.0 1.6 みりん 1.0 0.8 だし汁 20 16 きゃべつ 15 12 しめじ 12 9.6 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	さわら 50 40 生姜チューブ 0.2 0.2 砂糖 2 1.6 濃口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 ブロッコリー 20 16 マヨドレ 3 2.4 わかめ 0.2 0.2 うずまき麩 0.8 0.6 塩 0.3 0.3 薄口醤油 1.8 1.8 みりん 1 1 だし汁 120 120	豚ミンチ 20 16 人参 15 12 玉葱 20 16 馬鈴薯 20 16 カレールウ 10 8 →乳ア)乳なしカレールウ 水 60 48 ばなな 1/2本 1/2本 チーズ※乳 10 5
材料		ぎゅうにゅう りんごのたると ちーず	ぎゅうにゅう うえはーす、せんべい かしわもち(28日幼児のみ)	よーぐると くらっかー ちーず	ぎゅうにゅう せんべい ひとくちぜりー	ぎゅうにゅう みのりのすけ/かぼちゃぼーろ くつきー
	おやつ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 りんごのタルト 1個 1個 チーズ※乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 カルテツウエハース※卵乳 1枚 1枚 →乳卵ア)ベビーハース しょうゆせんべい 1枚 1枚 *幼児・うさばん ベビースティック 1P *りすこあらひよこ かしわもち 1/2個 *28日幼児のみ	+勝ヨーグルト※乳 78 78 クラッカー 6 6 チーズ※乳 5 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ざらめせんべい 1袋 1袋 *幼児・ぱんだ・うさぎ ベビースティック 1P ひとくちぜりー 1個 1個	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 みのりのすけ 7 7 *幼児うさばん かぼちゃぼーろ 5 *りすこあらひよこ 豆乳くつきー 2枚 2枚 *全クラス



★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。



☆2020ねんど4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 6・20	火 7・21	水 8・22	木 9・23	金 10・24	土 11・25
献立名	のりごはん ころっけ きゃべつのせんぎり わかたけじる	ごはん ぶたにくのしょうがやき ぶろっこりー みそしる	ごはん とりのおいすたーそーすやき さらだ みそしる	ごはん さけのしおやき やさいすていっく すましじる	かれーらいす ばなな ちーず	
	*お弁当給食になります。					
主食	幼児 乳児 六分米 50 40 あまのり佃煮 5 4	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	
	屋食	コロッケ※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)星のコロッケ ケチャップ 5 4 ウスターソース 1 0.8 きゃべつ 20 16 マヨドレ 適宜 適宜 筍水煮 12 9.6 わかめ 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚ロース肉 50 40 玉葱 25 20 生姜チューブ 5 4 濃口醤油 4 3.2 みりん 4 3.2 砂糖 3 2.4 酒 6 4.8 ブロッコリー 20 16 豆腐 20 16 わかめ 0.2 0.2 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	鶏もも肉(唐揚げ用) 60 48 にんにくチューブ 0.1 0.08 オイスターソース 4 3.2 きゃべつ 25 20 人参 8 6.4 ホールコーン 5 4 青じそドレッシング 3 2.4 玉葱 12 9.6 えのき 5 4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	さけ 50 40 塩 0.2 0.2 きゅうり 20 16 人参 20 16 マヨドレ 4 3.2 ポン酢 1 0.8 わかめ 0.2 0.2 玉麩 0.8 0.6 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96	豚ミンチ 20 16 人参 15 12 玉葱 20 16 馬鈴薯 20 16 カレールウ 10 8 →乳ア)乳なしカレールウ 水 60 48 ばなな 1/2本 1/2本 チーズ※乳 10 5
材料						
	献立名	よーぐるど うえはーす	ぎゅうにゆう どうぶつびすけつと ちーず	ぎゅうにゆう かるてつばーむくーへん こざかなすていっく(幼・うさぎぱん)	ぎゅうにゆう いちごくれーぷ ちーず	ぎゅうにゆう ぜりー どーなつ
おやつ		十勝ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト カルテツウエハース※卵乳 1枚 1枚 →乳卵ア)ベビーハース	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 動物ビスケット 1袋 1袋 チーズ※乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 カルテツバームクーヘン※卵乳 1個 2個 →卵乳)豆乳クッキー ミニ小魚スティック 1袋 1袋 *幼児・うさぎぱんだ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 いちごくれーぷ 1個 1個 チーズ※乳 5 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 一口ゼリー 1個 1個 カルテツドーナツ※卵乳 2個 1個 →卵乳)ベビースティック
	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。

☆2020ねんど4がつ きりんきゅうしょくこんだてひょう☆ みのり園

曜日	月 13・27	火 14・28	水 1・15	木 2・16・30	金 3・17	土 18
献立名	ぱん しちゅー ういんなー いちご	のりごはん さばのしおやき おからさらだ すましじる	ごはん すきやきふうに みそしる	やきそば みそしる ちーず	ごはん さけのまよねーずやき きりぼしだいこんに みそしる	きつねうどん よーぐると
	主 食	幼児 乳児 ロールパン 2個 かぼちゃぱん 2個	幼児 乳児 六分米 50 40 のり佃煮	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 焼そば麺 60 50	幼児 乳児 六分米 50 40
きりん組夕食	鶏ももにく 20 16 じゃが芋 30 24 玉葱 20 16 人参 20 16 ホワイトルウ※乳 15 12 牛乳 50 40 水 適宜 適宜 ウインナー 2本 2本 いちご 3個 3個	さば 40 32 さわら 32 *完了 塩 0.2 0.16 おから 12 10 玉葱 12 10 人参 10 8 胡瓜 20 16 砂糖 1.4 1.1 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.3 1.0 だし汁 6 5 マヨネーズ※卵 7.2 6 切干大根 3.0 2.4 だし汁 120 96 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8	牛もも肉/牛ミンチ 20 16 焼豆腐 50 40 麩 2 1.6 人参 20 16 玉葱 30 24 三度豆 4 3.2 だし汁 24 19.2 砂糖 2 1.6 濃口醤油 3 2.4 薄口醤油 2 1.6 みりん 3 2.4 かぶ・葉つき 20 16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚もも肉/豚ミンチ 24 19.2 キャベツ 30 24 人参 12 9.6 ピーマン 6 4.8 塩 0.24 0.19 ウスターソース 6 4.8 お好みソース 6 4.8 大根 12 12 えのき 5 4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 チーズ※乳 10 5	サケ 40 32 塩 0.1 0.08 玉ねぎ 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 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 薄口しょうゆ 1.5 1.2 みりん 0.5 0.4 さつまいも 10 8 玉葱 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	きつねうどん +勝ヨーグルト※乳 78 78
	材 料					
曜日	月 6・20	火 7・21	水 8・22	木 9・23	金 10・24	土 11・25
献立名	ぎゅうどん じゃこさらだ かきたまじる	ごはん さわらのみそやき ごしょくあえ みそしる よーぐると	ごはん しゅうまい きゃべつとこまつなのさらだ みそしる	ちゅうかどんぶり はるさめすーぷ ちーず ふる一つぜりー	ごはん ぶたにくのみそいため すましじる よーぐると	ちきんらいす みそしる よーぐると
	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 六分米 50 40
きりん組夕食	牛もも肉 60 48 人参 5 4 玉葱 40 32 だし汁 10 8 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 3 2.4 みりん 2 1.6 きゃべつ 30 24 小松菜 15 12 ちりめんじゃこ 5 4 白ごま 1 0.8 米酢 1 0.8 濃口醤油 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 わかめ 0.8 0.64 卵 10 8 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	さわら 40 30 味噌 5 4 みりん 2 1.6 小松菜 15 12 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 鰹節 1.2 0.96 薄口醤油 2 1.6 里芋 10 8 玉葱 10 8 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	豚ミンチ 30 24 玉葱 15 12 葱 1 0.8 生姜チューブ 0.5 0.4 薄口醤油 1.6 1.28 塩 0.4 0.32 胡麻油 0.5 0.4 片栗粉 6 4.8 グリーンピース 2 2 きゃべつ 25 20 人参 8 6.4 小松菜 10 8 青じそドレッシング 適宜 適宜 豆腐 15 12 わかめ 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚ロース肉 25 20 生姜チューブ 0.5 0.4 にんにくチューブ 0.5 0.4 人参 18 14.4 白菜 35 28 しめじ 8 6.4 小松菜 10 8 ごま油 1 0.8 薄口しょうゆ 2 1.6 酒 2 1.6 鶏がらスープ 1 0.8 水 適宜 適宜 片栗粉 適宜 適宜 青梗菜 10 8 春雨 1.2 0.96 薄口醤油 0.2 0.16 中華スープ 1.5 1.2 水 120 96 チーズ※乳 5 5 フルーツゼリー 1個 1個	豚ロース肉 40 32 にんにくチューブ 0.3 0.24 土生姜チューブ 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 豆腐 15 12 葱 0.5 0.4 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※乳 78 78	チキンライス みそ汁 +勝ヨーグルト※乳 78 78
	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。