

★2020ねんど5がつ きゅうしょくこんだてひょう★

共栄保育園・みのり園

★印の日は、ご飯と汁物が自園調理で、おかずがクッキングキョートのお弁当になります。

曜日	月	火	水	木	金	土
日	★10.24	★11.25	★12.26	★13.27	★14.28	1.15.29
献立名	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ぎゅうにゅう
	さわらのてりやき こうやとうふのふくめに そてー かぼちゃ みそしる	はんぱーぐ にんじんちゃんぷる ぶろっこりーのおろしあえ かつおふらい すましじる	たんどりーちきん・にくだんご ほうれんそうそてー はるさめさらだ こんぶまめ みそしる	こーんふらい なすにくだいめ きゃべつゆかりあえ なぼりたん みそしる	あかうおのさいきょうやき たけのこおかか ちんげんさいのあんかけ にんじんのふくめに ちゅうかすーぶ	ふらんくふると つなこーん つなさんど ちーず
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	幼児 乳児 フランクフルト※卵乳 2ヶ 1ヶ ツナコーン※卵 1ヶ 1ヶ
	材料	材料	材料	材料	材料	材料
昼食	さわらの照り焼き 1切 1切 高野豆腐 8 6 花型人参 10 8 グリーンピース 3 2 だし汁 2 2 砂糖 1 1 濃口醤油 2 2	ハンバーグ 1個 1個 人参 25 20 ツナフレーク 5 4 塩 0.1 0.1 ピーマン 5 4 油 ブロッコリー 15 12 大根おろし 15 12 だし汁 2 2 濃口醤油 0.5 0 カツオフライ /2個 /2個 玉麩 0.8 0.64 わかめ 0.2 0.16 塩 0.3 0.3 薄口醤油 1.8 1.8 みりん 1 1 だし汁 120 120	タンドリーチキン1/2個 1/2個 肉団子 2個 1個 ほうれん草 30 24 コーン 5 4 人参 5 4 油 塩 0.1 0.08 春雨 8 6.4 きゅうり 10 8 ささみフレーク 5.0 4 青じそドレッシング 3.0 2.4 昆布豆 20 16 もやし 8 6.4 しめじ 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	コーンフライ 30 24 豚肉 25 20 人参 5 4 赤味噌 1 1 砂糖 1 1 油 0.2 0.2 揚げナス 20 16 絹さや 3 2 キャベツ 25 20 ゆかり 0.3 0.2 薄口醤油 0.5 0.4 なぼりたん 25 20 玉葱 12 10 わかめ 0.2 0.16 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	赤魚の西京焼き 2個 1個 タケノコ 20 16 インゲン 3 2.4 人参 3 2.4 だし汁 2 1.6 砂糖 1 0.8 濃口醤油 1 0.8 鰹節 0.5 0.4 チンゲン菜のあ 35 28 人参 10 8 砂糖 0.5 0.4 五目しんじょう 15 12 きゃべつ 15 12 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	商標/ヒヤレルギー(ひよこすこあら) 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5 チーズ※乳 5 5 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳
	献立名	ぎゅうにゅう せんべい みるくちっぷ	ぎゅうにゅう みにばーむくーへん ばなな	ぎゅうにゅう うのはなくつきー ちーず	ぎゅうにゅう じゃむさんど	ぎゅうにゅう ひとくちゼリー こざかなすなつく/かぼちゃぼーろ
おやつ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 塩せんべい 1袋 1袋 ペビスティック 1袋 *ひよこ ミルクチップ※乳 1個 1個	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ミニバームクーヘン※卵乳 1個 1個 →乳卵ア)ミニ野菜スティック バナナ 1/2本 1/2本	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 うの花クッキー 2枚 2枚 チーズ※乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 南瓜パン 2個 1個 イチゴジャム 5 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 一口ゼリー 1個 1個 ミニ小魚スナック 1袋 1袋 *うさぎ・ぼんだ・幼児 かぼちゃぼーろ 10 *ひよこすこあら	ヨーグルト・加糖 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト クラッカー 1袋 1袋

★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。



☆2020ねんど5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 17.31	火 18	水 19	木 6.20	金 7.21	土 8.22
献立名	のりごはん	ごはん	ごはん	ごはん	かれーらいす	ぎゅうにゆう
	ほしのころっけ	さけのしおやき	はんぱーぐ	とりのみそちーずやき	じゃこさらだ	ふらんくふると
	さらだ	こまつなのおいすたーまよあえ	ごしょくあえ	しらあえ		つなこーん
主食	六分米 50 40 あまのり佃煮 5 4	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	幼児 乳児 フランクフルト※卵乳 2ヶ 1ヶ ツナコーン※卵 1ヶ 1ヶ
	星のコロッケ 1個 1個 ケチャップ 5 4 ウスターソース 1 0.8	サケ 50 40 塩 0.3 0.2	ハンバーグ 1個 1個 *ミツオさん ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8	鶏もも肉 60 48 塩 適宜 適宜 米みそ 3 2 砂糖 3 2	豚ミンチ 25 20 人参 15 12 玉葱 20 16 馬鈴薯 20 16	幼児 乳児 南蛮ハニ(アレルギー-ひよこすこあら) 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5
	ブロッコリー 25 20 人参 8 6.4 ホールコーン 3 2.4 米酢 2 1.6 サラダ油 2 1.6 塩 0.3 0.24 砂糖 0.8 0.64	小松菜 25 20 ツナフレーク 8 6.4 人参 8 6.4 しめじ 10 8 オイスターソー 1.8 1.4 マヨドレ 3.5 2.8	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	ほうれん草 15 12 人参 10 8 豆腐 15 12 白胡麻 1.5 1.2 砂糖 1.6 1.3 塩 0.3 0.2 薄口醤油 0.6 0.5	カレールウ※乳 10 8 →乳ア)乳なしカレールウ 水 60 48 ちりめんじゃこ 7 5.6 きゃべつ 25 20 人参 8 6.4 きゅうり 12 9.6 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	幼児 乳児 チーズ※乳 5 5 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳
材料	豆腐 15 12 しめじ 6 4.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	玉ねぎ 8 6.4 パセリ 0.4 0.32 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8	なめこ 6 5 豆腐 15 12 塩 0.3 0.3 薄口醤油 1.8 1.8 みりん 1 1 だし汁 120 120			
献立名	よーぐると	ぎゅうにゆう	ぎゅうにゆう	ぎゅうにゆう	ぎゅうにゆう	よーぐると
	さかなっこ/ちーず	ひとくちぜりー	うえはーす	せんべい	やさいすていっく	くらっかー
		どーなっつ	ばなな	くつきー	ちーず	
献立名	ヨーグルト・加糖 78 78	牛乳 120 100	牛乳 120 100	牛乳 120 100	牛乳 120 100	ヨーグルト・加糖 78 78
	→乳ア)豆乳ヨーグルト	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳ヨーグルト
	さかなっこ 5 0	一口ゼリー 1個 1個	カルテツエハース※卵乳 1枚 1枚 →乳卵ア)ベビースティック	ざらめせんべい 1袋 1袋 ベビースティック 1袋	ミニ野菜スティック 1袋 1袋 チーズ※乳 5 5	クラッカー 1袋 1袋
材料	チーズ※乳 0 5 カルテツドーナツ※卵乳 2個 1個 →卵乳)豆乳くつきー	バナナ 1/2本 1/2本	※ひよこ 豆乳クッキー 2枚 2枚			

★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。

※8日はお弁当給食です。