

## ☆2020年度6月きりん給食献立表☆ みのり園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	7・21	8・22	9・23	10・24	11・25	12・26
献立名	ごはん からあげ こまつなのすのもの みそしる	やきそば みそしる ばなな	ごはん さばみそに すましじる よーぐると	ごはん ぶたにくのいためもの やさいすていっく すましじる	ごはん とりのてりやき にんじんしりしり みそしる ぎゅうにゅう	かれーらいす さらだ よーぐると  (おやかどん)
	主 食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 やきそば麺 60 50	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	鶏もも肉 60 48 土生姜 0.8 0.64 濃口醤油 2 1.6 酒 2 1.6 薄力粉 3.2 2.56 片栗粉 3.2 2.56 揚げ油 3 2.4  小松菜 25 20 ほうれん草 12 9.6 しめじ 6 4.8 白ごま 1 0.8 三温糖 1 0.8 薄口醤油 1 0.8 米酢 0.6 0.48  じゃがいも 12 9.6 玉ねぎ 12 9.6 米みそ 6.5 5.20 だし汁 120 96	豚ロース肉 25 20 きゃべつ 30 24 人参 12 9.6 玉葱 12 9.6 ピーマン 6 4.8 サラダ油 1 0.8 塩 0.2 0.16 ウスターソース 6 4.8 お好みソース 6 4.8  大根 12 9.6 豆腐 10 8 人参 8 6.4 カットねぎ 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96  バナナ 1/2本 1/2本	サバ 40 32 さわら(完了) 32 料理酒 1 0.8 里芋 15 12 人参 20 16 焼き豆腐 40 32 三度豆 4 3.2 土生姜 1 0.8 水 40 32 砂糖 3.5 2.8 米みそ 9 7.2 みりん 4.5 3.6 料理酒 3.8 3.04  きゃべつ 15 12 カットねぎ 0.5 0.4 だし汁 120 96 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8  ヨーグルト・加糖 78 78	豚もも肉 40 32 人参 12 9.6 玉葱 15 12 ピーマン 8 6.4 筍水煮 8 6.4 ごま油 2 1.6 砂糖 0.8 0.64 薄口醤油 1 0.8 濃口醤油 1 0.8 きゅうり 15 12 アスパラガス 15 12 マヨネーズ※卵 4 3.2 ポン酢 1 0.8 豆腐 15 12 カット葱 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	鶏もも肉 60 48 生姜汁 0.2 0.16 濃口しょうゆ 2 1.6 みりん 2 1.6 砂糖 2 1.6  にんじん 30 24 ツナ缶 8 8 みりん 1 4 薄口醤油 0.5 1.6 顆粒だし 0.3 0.4 油 適宜 適宜  南瓜 12 9.6 カットねぎ 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96  牛乳 100 70	牛もも肉 20 16 人参 8 6.4 玉葱 8 6.4 馬鈴薯 10 8 カレールー※乳 10 8 水 60 48  ブロッコリー 25 20 人参 8 6.4 青じそドレッシング 適宜 適宜  ヨーグルト・加糖 78 78  親子丼:ことぶきさん注文
	材料					
曜日	月	火	水	木	金	土
日	14・28	1・15・29	2・16・30	3・17	4・18	5・19
献立名	ぎゅうどん なむる みそしる ひとくちぜりー	ごはん さけのやさいあんかけ みそしる	ごはん すきやきふうに みそしる ぎゅうにゅう	ばん しちゅー ばなな	ちゅうかどんぶり ちゅうかすーぶ ぎゅうにゅう	ぐだくさんうどん よーぐると  (やきうどん)
	主 食	幼児 乳児 六分米 40 50	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 かぼちゃパン 2個 2個	幼児 乳児 六分米 50 40
きりん組夕食	牛肉 60 48 玉葱 40 32 人参 8 6.4 しめじ 10 8 だし汁 10 8 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 3 2.4 みりん 2 1.6  もやし 10 8 人参 8 6.4  ほうれん草 15 12 砂糖 1.8 1.44 濃口醤油 1.1 0.88 米酢 1.4 1.12 ごま油 0.2 0.16  えのき 5 4 小松菜 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96.0	サケ 40 32 片栗粉 適宜 適宜 人参 8 6.4 玉ねぎ 12 9.6 ピーマン 6 4.8 キャベツ 25 20 薄口醤油 3 2.4 みりん 3 2.4 サラダ油 適宜 適宜  豆腐 15 12.0 なめこ 6 4.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96  みりん 3 2.4	牛もも肉 20 16 焼き豆腐 40 32 麩 1 0.8 人参 20 16 玉葱 20 16 白滝 8 6.4 三度豆 4 3.2 だし汁 25 20 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  里芋 15 12 もやし 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96  牛乳 100 80	鶏ももにく 20 16 じゃが芋 30 24 玉葱 20 16 人参 20 16 ホワイトルゥ※乳 15 12 牛乳 50 40 水 適宜 適宜  バナナ 1/2本 1/2本	豚ロース肉 25 20 えび・完了抜 15 12 白菜 35 28 人参 10 8 しょうが 0.3 0.24 にんにく 0.3 0.24 薄口醤油 2 1.6 酒 2 1.6 中華スープ 1 0.8 水 適宜 適宜 片栗粉 適宜 適宜  大根 15 12.0 オクラ 10 8.0 鶏がらの素 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.2 水 120 96.0  牛乳 100 70	牛もも肉 30 24 豆腐 30 24 葱 1 0.8 玉葱 15 12 きゃべつ 20 16 人参 8 6.4 だし汁 120 96 薄口醤油 6.8 5.44  ヨーグルト※乳 78 78  焼きうどん:ことぶきさん注文  
	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。