

☆2020ねんど6がつ きゅうしょくこんだてひょう☆

★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 7・21	火 8・22	水 9・23	木 10・24	金 ★11・25	土 12・26	
献立名	はやしらいす つなさらだ	ごはん とりのうめてりやき おんやさい すましじる	ごはん さけのしおやき ひじきに みそしる	ごはん ころっけ しらすあえ すましじる	ごはん さわらのさいきょうやき にくじゃが ごもくあげとうふ きぬさやおかかに みそしる	ふらんくふると ベーこんえつぐ つなこーん ぎゅうにゅう 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 1ヶ 1ヶ ベーコンエッグ※卵乳 1ヶ	
昼食	牛もも肉 30 24 人参 15 12 玉葱 20 16 ハヤシルウ※乳 10 8 水 60 48 わかめ 0.4 0.32 ツナ缶 8 6.4 きゃべつ 35 28 ホールコーン 5 4	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 梅干 2 1.60 土生姜 0.2 0.16 濃口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 砂糖 2 1.6 じゃがいも 20 16.0 人参 15 12 マヨドレ 適宜 適宜	サケ 40 32 塩 0.2 0.16 ひじき 2.5 2 油あげ 3 2.4 人参 8 6.4 つきこんにやく 6 4.8 ごま油 1 0.8 だし汁 20 16 砂糖 2 1.6 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 えのき 5 4 玉葱 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	コロッケ※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)星のコロッケ ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 キャベツ 15 12 オクラ 8 6.4 小松菜 10 8 しらす 3 2.4 薄口醤油 1.5 1.2 みりん 0.8 0.64 切干大根 3 2.40 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	さわらの西京焼き 1個 1個 牛肉 5 4 じゃが芋 5 4 玉葱 5 4 人参 5 4 グリーンピース 3 2.4 だし汁 2 1.6 砂糖 1 0.8 濃口醤油 1 0.8 五目揚げ豆腐 1個 1個 きぬさや 15 12 人参 5 4 しめじ 5 4 かつおぶし 0.5 0.4 砂糖 2 1.6 濃口醤油 1 0.8 じゃがいも 15 12.0 玉ねぎ 15 12.0 米みそ 6.5 5.20 だし汁 120 96	ツナコーン※卵乳 1ヶ 1ヶ 南瓜パン 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5 *ひよこ・こあら・りす・アレルギー児 牛乳 200 100 →乳ア)豆乳 チーズ※乳 5 5	
材料	チーズ※乳 4 3.2 砂糖 0.8 0.64 塩 0.3 0.24 米酢 1.1 0.88 サラダ油 1.8 1.44	わかめ 0.2 0.16 玉麩 0.8 0.64 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					
献立名	ぎゅうにゅう ざらめせんべい かぼちゃぼーろ ちーず	ぎゅうにゅう こざかなすなっく くらっかー うえはーす	ぎゅうにゅう せんべい くつきー	ぎゅうにゅう ひとくちぜりー どーなつ	ぎゅうにゅう じゃむさんど みるくちっぷ	よーぐると くらっかー	
おやつ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ザラメせんべい 1袋 1袋 *幼児うさばん	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 小魚スナック 1袋 1袋 *幼児ぱんだうさぎ クラッカー 1袋 *ひよこりすこあら	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 塩せんべい 1袋 1袋 ベビースティック 1袋 *ひよこ 豆乳クッキー 2枚 2枚	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 一口ゼリー 1個 1個 カルテッドーナツ※卵乳 2個 1個 →卵乳)豆乳くつきー	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 南瓜パン 2個 1個 イチゴジャム 5 5 ミルクチップ※乳 1個 1個	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト クラッカー 6 6	
材料	南瓜ボーロ 10 *ひよこりすこあら チーズ※乳 5 5	ウエハース※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)ベビースティック					



★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6がつ きゅうしょくこんだてひょう☆

★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 日	月 ★14・28	火 1・15・29	水 2・16・30	木 3・17	金 4・18	土 5・19
献立名	ごはん ささみかつ とまとに あすばらそてー はるさめさらだ すましじる	かれーうどん ばなな	ごはん さばしおやき きりぼしだいこんに みそしる	ごはん はんぱーぐ おんやさい わかめすーぷ	ごはん ぶたにくのしょうがやき さらだ すましじる	くろつくむっしゅ つなさんど ぎゅうにゅう ちーず
	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 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
	ポテトとお米のささみかつ 1個 1個 ベーコン 5 4 玉葱 5 4 大豆水煮 5 4 人参 5 4 とまと 5 4 ケチャップ 3 2.4 コンソメ 0.3 0.24 薄口醤油 0.3 0.24 グリーンアスパラ 20 16 コーン 5 4 塩 0.1 0.08 油 0.5 0.4 春雨サラダ 20 16 豆腐 15 12 カットねぎ 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	牛もも肉 15 12 人参 8 6.4 玉ねぎ 20 16 葱 1 0.8 カレーウ※乳 8 6.4 →乳ア)乳なしカレーウ 濃口しょうゆ 2.3 1.84 塩 0.2 0.16 だし汁 140 112 バナナ 1/2本 1/2本	さば 40 32 さわら(完了) 32 塩 0.3 0.24 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 0.48 薄口しょうゆ 1.5 1.2 みりん 0.5 0.4 えのき 5 4 玉葱 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	ハンバーグ 1個 1個 *ミツオさん・冷凍 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 人参 20 16 かぼちゃ 20 16 わかめ 0.2 0.16 鶏ガラの素 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.16 水 120 96	豚ロース肉 50 40 玉葱 25 20 濃口醤油 3 2.4 みりん 3 2.4 砂糖 2 1.6 酒 5 4 土生姜 4 3.2 ブロッコリー 15 12 きゃべつ 15 12 人参 8 6.4 青じそドレッシング 3 2.4 オクラ 10 8 なめこ 6 4.8 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	ツナフレーク 8 マヨドレ 5 牛乳 200 100 →乳ア)豆乳 チーズ※乳 5 5
昼食	よーぐると うえはーす	ぎゅうにゅう さかなっこ/くつきー みるくちっぷ	ぎゅうにゅう せんべい うのはなくつきー みなづき・くつきー(30日幼児)	ぎゅうにゅう かりんとう(幼・うさばん) かぼちゃぼーろ(ひよこりすこあら) ちーず	ぎゅうにゅう みにばーむくーへん ちーず	よーぐると くらっかー
	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト ウエハース※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)ミニ野菜スティック	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さかなっこ 1袋 豆乳クッキー 2枚 ミルクチップ※乳 1個 1個	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 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 うの花クッキー 2枚 2枚 薄力粉 6 6 砂糖 5 5 水 18 18 甘納豆 6 6 *30日幼児のみ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 おとうふ屋さんの かりんとう(幼・うさばん) 南瓜ボーロ 10 *ひよこりすこあら チーズ※乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ミニバームクーヘン※卵乳 2個 1個 →乳卵ア)ミニ野菜スティック チーズ※乳 5 5	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト クラッカー 6 6
献立名	よーぐると うえはーす	ぎゅうにゅう さかなっこ/くつきー みるくちっぷ	ぎゅうにゅう せんべい うのはなくつきー みなづき・くつきー(30日幼児)	ぎゅうにゅう かりんとう(幼・うさばん) かぼちゃぼーろ(ひよこりすこあら) ちーず	ぎゅうにゅう みにばーむくーへん ちーず	よーぐると くらっかー
	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト ウエハース※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)ミニ野菜スティック	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さかなっこ 1袋 豆乳クッキー 2枚 ミルクチップ※乳 1個 1個	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 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 うの花クッキー 2枚 2枚 薄力粉 6 6 砂糖 5 5 水 18 18 甘納豆 6 6 *30日幼児のみ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 おとうふ屋さんの かりんとう(幼・うさばん) 南瓜ボーロ 10 *ひよこりすこあら チーズ※乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ミニバームクーヘン※卵乳 2個 1個 →乳卵ア)ミニ野菜スティック チーズ※乳 5 5	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト クラッカー 6 6
献立名	よーぐると うえはーす	ぎゅうにゅう さかなっこ/くつきー みるくちっぷ	ぎゅうにゅう せんべい うのはなくつきー みなづき・くつきー(30日幼児)	ぎゅうにゅう かりんとう(幼・うさばん) かぼちゃぼーろ(ひよこりすこあら) ちーず	ぎゅうにゅう みにばーむくーへん ちーず	よーぐると くらっかー
	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト ウエハース※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)ミニ野菜スティック	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 さかなっこ 1袋 豆乳クッキー 2枚 ミルクチップ※乳 1個 1個	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 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 うの花クッキー 2枚 2枚 薄力粉 6 6 砂糖 5 5 水 18 18 甘納豆 6 6 *30日幼児のみ	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 おとうふ屋さんの かりんとう(幼・うさばん) 南瓜ボーロ 10 *ひよこりすこあら チーズ※乳 10 5	牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 ミニバームクーヘン※卵乳 2個 1個 →乳卵ア)ミニ野菜スティック チーズ※乳 5 5	ヨーグルト※乳 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト クラッカー 6 6



★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。