

# ☆2021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 2・30	火 3・17・31	水 4・18	木 5・19	金 6・20	土 7・21	
献立名	ごはん	ごはん	ごはん	やきそば	ごはん	ちゃーはん	
	とりのおいすたーそーすやき ほうれんそうとこまつなのあえもの みそしる	さけのなんばんあげ おからさらだ すましじる ぎゅうにゅう	ぴーまんのにくづめ やさいすていっく みそしる ぎゅうにゅう	みそしる ばなな ちーず(幼)	ぶたにくのしょうがやき なつやさい みそしる ぎゅうにゅう	こんそめすーぷ よーぐると	
	主 食	六分米	六分米	六分米	焼そば麺	六分米	六分米
		幼児 50 乳児 40	幼児 50 乳児 40	幼児 50 乳児 40	幼児 60 乳児 50	幼児 50 乳児 40	幼児 乳児
きりん組夕食	鶏肉(から揚げ用) 60 48 にんにく 0.1 0.08 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 6.5 5.2 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 おから 15 12 砂糖 1.4 1.12 塩 0.3 0.24 薄口醤油 0.8 0.64 だし汁 6 4.8 玉葱 12 9.6 人参 10 8 小松菜 12 9.6 マヨネーズ※卵 2 1.6 ほうれん草 12 9.6 えのき 6 4.8 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96 牛乳 100 70	ピーマン 30 24 玉葱 10 8 豚ミンチ 30 24 塩 少々 少々 パン粉 適宜 適宜 薄力粉 3 2.4 ケチャップ 4 3.2 きゅうり 20 16 三度豆 6 4.8 人参 20 16 マヨネーズ※卵 5 4 ボン酢 1 0.8 油揚げ 3 2.4 もやし 3 2.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 牛乳 100 70	豚もも肉 24 19.2 キャベツ 30 24 人参 12 9.6 ピーマン 6 4.8 塩 0.24 0.192 ウスターソース 6 4.8 お好みソース 6 4.8 大根 15 12 人参 6 4.8 豆腐 15 12 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 バナナ 1/2本 1/2本 チーズ※乳 5	豚もも肉 60 48 玉葱 25 20 薄口醤油 5 4 みりん 3 2.4 砂糖 1.5 1.2 酒 4 3.2 土生姜 3 2.4 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 6.5 5.2 だし汁 120 96 牛乳 100 70	サケフレーク 10 8 玉葱 8 6.4 ホールコーン 2 1.6 葱 0.5 0.4 ごま油 1.2 0.96 薄口醤油 0.4 0.32 塩 0.2 0.16 酒 2 1.6 わかめ 0.2 0.16 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 ヨーグルト・加糖 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト	
	材 料						※7日のみ↓ ・親子丼:ことぶきさんで発注 ・みそ汁:ことぶきさんで発注 ・ヨーグルト
曜日 日	月 23	火 10・24	水 11・25	木 12・26	金 13・27	土 28	
献立名	ぱん しちゅー ういんなー	ごはん からあげ さらだ こんそめすーぷ	ごはん ぎゅう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 さわらのしおこうじやき きりぼしだいこんに みそしる	ごはん みーとろーふ おんやさい こーんすーぷ	はやしらいす ぶろっこりーのさらだ よーぐると	
	主 食	かぼちゃパン	六分米	六分米	六分米	六分米	六分米
		幼児 2個 乳児 2個	幼児 50 乳児 40	幼児 50 乳児 40	幼児 50 乳児 40	幼児 50 乳児 40	幼児 50 乳児 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	鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 生姜汁 1 0.8 濃口醤油 2 1.6 酒 2 1.6 薄力粉 3 2.4 片栗粉 3 2.4 サラダ油 適宜 適宜 ホールコーン 4 3.2 人参 10 8 ブロッコリー 30 24 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 ベーコン 3 2.4 きゃべつ 15 12 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8	牛もも肉 25 20 酒 0.8 0.64 土生姜 0.2 0.16 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 0.24 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 ボン酢 1 0.8 白菜 15 12 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	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 0.48 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	合いびき肉 30 24 塩 0.15 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 クリームコーン缶 60 48 牛乳 100 70 塩 0.3 0.24	牛もも肉 30 24 人参 20 16 玉葱 40 32 グリーンピース 2 1.6 油 2 1.6 ハヤシルウ※乳 10 8 水 60 48 ブロッコリー 25 20 人参 8 6.4 ツナ缶 3 2.4 青じそドレッシング 3 2.4 ヨーグルト・加糖 78 78 →乳ア)豆乳ヨーグルト
材 料							※13日のみ↓ ・うどん:ことぶきさんで発注 ・ヨーグルト

★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。

