


☆2021年度10月きりん給食献立表☆ みのり園

曜日 日		月 4・18		火 5・19		水 6・20		木 7・21		金 8・22		土 9・23	
きりん組夕食	献立名	ごはん ちんじゃおろーす はるさめすーぷ りんご		ごはん さわらのさいきょうやき だいこんさらだ すましじる よーぐると		ごはん ぶたにくのしょうがやき おんやさい みそしる みかん/みかんかん		ごはん にくじゃが しらすじる ひとくちぜりー		ごはん とりのしおこうじやき ふれんちさらだ みそしる ぎゅうにゅう		たまごどん みそしる よーぐると	
	主食	六分米 幼児 乳児 50 40		六分米 幼児 乳児 50 40		六分米 幼児 乳児 50 40		六分米 幼児 乳児 50 40		六分米 幼児 乳児 50 40		幼児 乳児	
	材料	牛もも肉 30 24 薄口しょうゆ 2.4 1.92 みりん 2 1.6 土生姜 0.5 0.4 筍水煮 12 9.6 ピーマン 8 6.4 玉葱 15 12 片栗粉 適宜 適宜 砂糖 0.5 0.4 酒 1 0.8 薄口醤油 1.2 0.96 ごま油 0.6 0.48 チンゲン菜 12 9.6 春雨 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.16 鶏ガラの素 1.5 1.2 水 120 96 りんご 1/8個 1/8個		さわら 40 32 酒 適宜 適宜 米みそ 6 4.8 みりん 4 3.2 ツナ 8 6.4 大根 40 32 人参 5 4 きゅうり 5 4 マヨネーズ※卵 6 4.8 塩 少々 少々 切干大根 3 2.4 葱 0.5 0.4 だし汁 120 96 塩 0.3 0.2 薄口醤油 1.8 1.4 みりん 1 1 ヨーグルト※乳 78 78		豚ロース肉 50 40.00 玉葱 25 20 薄口醤油 7 5.6 みりん 4 3.2 砂糖 3 2.4 酒 6 4.8 土生姜 5 4 ブロッコリー 15 12 南瓜 15 12 マヨドレ 適宜 適宜 大根 15 12 油揚げ 3 2.4 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 みかん 1個 みかん缶 20		牛もも肉 25 20 玉葱 20 16 しらたき 8 6 しめじ 8 6.4 人参 20 16 じゃが芋 60 48 三度豆 4 3 砂糖 2.6 2 塩 0.13 0 濃口醤油 4.6 4 みりん 2.6 2 だし汁 40 32 しらす 3 2.4 ほうれん草 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 一口ゼリー 1個 1個		鶏もも肉・唐揚げ用 60 48 塩麹 2 2 きゃべつ 25 20 三度豆 8 6.4 ホールコーン 5 4 レーズン 0.8 0.64 砂糖 0.8 0.64 塩麹 0.3 0.24 米酢 2 1.6 サラダ油 2 1.6 豆腐 15 12.0 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 牛乳 100 70		玉子丼:ことぶきさんで発注 みそしる:ことぶきさんで発注 ヨーグルト・加糖 78 78.0 	
きりん組夕食	献立名	ぱん しちゅー ういんなー		ごはん かれいのあんかけ みそしる よーぐると		にしよくどんぶり やさしいため とうがんじる ばなな		ごはん とうふはんぱーぐ あおじそさらだ みそしる よーぐると		ごはん さばのしおやき しらすあえ みるくみそしる		やきめし みそしる よーぐると	
	主食	ローレパン 2個 2個 *りすこあらひよこ かぼちゃパン		六分米 幼児 乳児 50 40		六分米 幼児 乳児 50 40		六分米 幼児 乳児 50 40		六分米 幼児 乳児 50 40		幼児 乳児	
	材料	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		カレイ 50 40 片栗粉 適宜 適宜 人参 6 6 大根 6 6 玉葱 8 8 ピーマン 5 5 薄口しょうゆ 2 2 酒 1 1 だし汁 20 20 片栗粉 適宜 適宜 白菜 15 12 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78		牛ミンチ 25 20 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 卵 20 16 きゃべつ 35 28 人参 8 6.4 ピーマン 4 3.2 玉葱 10 8 塩 0.2 0.16 オイスターソース 1 0.8 油 適宜 適宜 とうがん 25 20 油揚げ 2 1.6 塩 0.2 0.16 薄口醤油 2 1.6 だし汁 120 96 バナナ 1/2本 1/2本		豆腐 30 24 ツナ缶 12 9.6 鶏ミンチ 18 14.4 玉葱 6 4.8 葱 3.5 2.8 パン粉 4 3.2 マヨドレ 4.5 3.6 塩 0.18 0.144 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 ブロッコリー 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 豆腐 10 8 しめじ 6 4.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78		さば 40 32 さわら(完了) 40 32 塩 0.2 0.16 ほうれんそう 25 20 人参 8 6.4 しらす 2 1.6 こいくち醤油 1.3 1.04 だし汁 10 8 きゃべつ 15 12 ウインナー 2本 2本 葱 0.5 0.4 だし汁 80 64 牛乳 40 32 米みそ 4 3.2 薄口醤油 0.8 0.64 ヨーグルト・加糖 78 78.0		焼きめし:ことぶきさんで発注 みそしる:ことぶきさんで発注 ヨーグルト・加糖 78 78.0 