

☆2021ねんど12がつきゅうしょくこんだてひょう☆みのりえん

曜日	げつ 6・20	か 7・21	すい 8・22	もく 9・23	きん 10・24	ど 11・25
献立名	ごはん ぶたにくのみそいため すましじる ぎゅうにゅう	ごはん さけしおやき だいこんきんぴら みそしる よーぐると	ごはん おでん じゃこぴーまん みそしる	ぼん ほとふ ばなな ぎゅうにゅう	おこのみやき ぐたくさんじる みかん	うどん よーぐると
	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 バターロール※卵乳 2ヶ 2ヶ 南瓜パン(ひよこアレルギー) 2ヶ	幼児 乳児 薄力粉 35 28	幼児 乳児
きりん組夕食	豚ロース肉 40 32 にんにく 0.3 0.24 土生姜 0.3 0.24 玉葱 20 16 人参 8 6.4 きゃべつ 15 12 ごま油 1.2 0.96 赤みそ 1 0.8 みりん 2 1.6 砂糖 2.5 2	サケ 40 32 塩 0.3 0.24 牛もも肉 10 8 大根 30 24 人参 5 4 糸こんにゃく 5 4 小松菜 8 6.4 ゴマ油 1.2 0.96 砂糖 0.6 0.48 薄口醤油 2 1.6 みりん 1 0.8 酒 1 0.8 豆腐 15 12.0 しめじ 6 4.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	ウインナー 2本 1本 大根 40 32 じゃが芋 30 24 厚揚げ 10 8 こんにゃく 10 8 うずら卵 8 6.4 砂糖 2 1.6 塩 0.1 0.08 薄口醤油 4 3.2 みりん 1.8 1.44 だし汁 45 36 ちりめんじゃこ 2 1.6 ピーマン 15 12 白ごま 1 0.8 ごま油 1 0.8 砂糖 0.3 0.24 薄口醤油 0.6 0.48 0	ウインナー 3本 2本 馬鈴薯 40 32 玉葱 20 16 人参(星型) 20 16 パセリ 0.3 0.24 だし汁 120 120 塩 0.65 0.52 バナナ 1/2本 1/2本 牛乳 120	ベーキングパウダー 0.5 0.4 だし汁 35 28 塩 0.4 0.32 かつお節・粉 1.4 1.12 豚ミンチ 20 16 卵 30 24 きゃべつ 50 40 葱 10 8 おこのみソース 8 6.4 マヨネーズ※卵 5 4 青のり 0.5 0.4 かつお節 0.5 0.4 人参 12 9.6 玉ねぎ 12 9.6 しめじ 6 4.8 葱 0.5 0.4 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 みかん 1個 みかん缶 30	うどん:ことぶきさん注文 ヨーグルト※乳 78 78
	牛乳 100 80	十勝ヨーグルト 78 78	きゃべつ 10 8 えのき 6 4.8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96			
曜日	げつ 13・27	か 14	すい 1・15	もく 2・16	きん 3・17	ど 4・18
献立名	ごはん すきやきふうに みそしる ばなな	ごはん ぶりのてりやき ふれんちさらだ すましじる	はやしらいす ぽてとさらだ よーぐると	ごはん とりのしおこじやき しらあえ みそしる ひとくちゼリー	たきこみごはん さばのたつたあげ ごまずあえ みそしる	からあげていしょく よーぐると
	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
きりん組夕食	牛もも肉 20 16 焼豆腐 50 40 麩 1 0.8 人参 20 16 玉葱 30 24 糸こんにゃく 8 6.4 三度豆 4 3.2 だし汁 24 19.2 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	ぶり 40 32 さわら(完了) 32 土生姜 0.4 0.32 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 砂糖 0.8 0.64 ブロッコリー 30 24 人参 8 6.4 ツナフレーク 5 4 米酢 2 1.6 サラダ油 2 1.6 塩 0.3 0.24 砂糖 0.8 0.64 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 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 じゃが芋 30 24 きゅうり 12 9.6 ツナフレーク 5 4 卵 10 8 豆乳 2 1.6 マヨネーズ※卵 2.5 2 一卵)マヨドレ 塩 0.1 0.08 十勝ヨーグルト 78 78	鶏もも肉(からあげ用) 60 48 塩麩 3 2.4 ほうれん草 15 12 人参 10 8 つきこんにゃく 6 5 豆腐 15 12 白胡麻 1.5 1.2 砂糖 1.5 1.2 塩 0.2 0.2 薄口醤油 0.5 0.4 わかめ 0.2 0.16 油揚げ 3 2.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 一口ゼリー 2個 1個	しめじ 8 6.4 まいたけ 8 6.4 油揚げ 3 2.4 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.5 1.2 みりん 1 0.8 さば 40 32 土生姜 0.8 0.64 濃口醤油 2 1.6 酒 2 1.6 薄力粉・小麦 3.2 2.56 片栗粉 3.2 2.56 揚げ油 3 2.4 ほうれん草 25 20 人参 8 6.4 しめじ 8 6.4 白ごま 1 0.8 砂糖 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1.2 米酢 1 0.8 豆腐 15 12.0 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	唐揚げ定食:ことぶきさん注文 ヨーグルト※乳 78 78
	バナナ 1/2本 1/2本 *27日夕食ありの場合 →お弁当注文					

★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。(オモテ・ウラあります。)
★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。

