

☆2022年8月給食献立表☆ きりん組

曜日 日	月 8・22	火 9・23	水 10・24	木 25	金 12	土 26	日 13・27
献立名	ごはん さばしおやき ひじきさらだ みそしる	ごはん ぶたにくとびーふんいため ぶろっこりーのおんやさい みそしる よーぐると	たごらいす こふきいも こんそめすーぶ	ばん とりにくのらたとうゆ ぎゅうにゅう	はやしらいう せりー	おこのみやき ぐだくさんじる かきごおり ちーず	ひやしそーめん まよどれさらだ 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	南瓜パン 幼児 乳児 3ヶ 2ヶ	六分米 幼児 乳児 50 40	薄力粉 幼児 乳児 15 15	そーめん 幼児 乳児 100 80
きりん組夕食	さば 40 32 *完了・さわら 0.3 0.24 塩 0.3 0.24 サラダチキン 30 24 ひじき 1.5 1.2 コーン 5 4 マヨネーズ※卵 8 6.4 すりごま 8 6.4 めんつゆ 少々 少々 じゃが芋 20 16 しめじ 8 6.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	豚ロース肉 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 三度豆 4 3.2 ピーマン 7 5.6 卵 30 24 塩 0.3 0.24 薄口醤油 3 2.4 みりん 1.5 1.2 ブロッコリー 20 16 白菜 15 12 しめじ 6 4.8 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 ヨーグルト・加糖 78 78	含ひき肉 50 40 にんにく 0.2 0.2 酒 6 4.8 水 15 12.0 ケチャップ 7 5.6 ウスターソース 1 0.8 トマト 15 12.0 きやべつ 15 12.0 ホールコーン 5 4.0 ミックスチーズ※乳 10 8.0 オクラ 8 6.4 じゃが芋 40 32.0 パセリ 適宜 適宜 塩 適宜 適宜 玉葱 15 12.0 人参 5 4.0 パセリ 0.2 0.2 水 120 96.0 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8	鶏もも肉 60 48 塩 0.2 0 なす 10 8 玉葱 20 16 ズッキーニ 10 8 トマト缶 15 12 にんにく 0.4 0 オリーブオイル 1 1 ケチャップ 5 4 酒 1 1 濃口醤油 0.1 0 塩 0.3 0 砂糖 0.5 0 牛乳 100 80	牛もも肉 30 24 玉葱 60 48 人参 20 16 しめじ 6 4.8 ハヤシルウ※乳 10 8 卵 30 24 水 60 48.0 げりー 1個 1個 マヨネーズ※卵 10 8 一卵ア)マヨドレ 111 あおのり 0.5 0.4 鰹節 0.5 0.4 焼豆腐 15 12 大根 8 6.4 人参 6 4.8 しめじ 6 4.8 葱 0.5 0.4 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 かきごおり チーズ※乳 10 5	B.P 0.5 0.4 かつお粉 1.4 1.1 豆腐 20 16 塩 0.4 0.3 ホールコーン 30 24 豚ミンチ 30 24 きやべつ 60 48 葱 10 8 お好みソース 15 12 マヨネーズ※卵 10 8 一卵ア)マヨドレ 111 あおのり 0.5 0.4 鰹節 0.5 0.4 焼豆腐 15 12 大根 8 6.4 人参 6 4.8 しめじ 6 4.8 葱 0.5 0.4 米みそ 7.5 6 だし汁 120 96 かきごおり チーズ※乳 10 5	トマト 6 4.8 きゅうり 10 8 ツナ缶 6 4.8 ホールコーン 5 4 適宜 適宜 きやべつ 35 28 きゅうり 15 12 人参 10 8 マヨドレ 6 4.8 ※13日のみ ことぶきさんで発注
曜日 日	月 1・29	火 2・30	水 3・17・31	木 4・18	金 5・19	土 6・20	
献立名	ふりかけごはん すどり すましじる よーぐると	ごはん ぶたにくのしょうがやき かぼちゃさらだ すましじる	ごはん さわらまよねーずやき おかかあえ みそしる	ごはん めんちかつ さらだ こんそめすーぶ ぎゅうにゅう	ごはん ちーずいりおむれつ おんやさい みそしる みかんかん	ちやーはん わかめすーぶ ひとくせりー	
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	六分米 幼児 乳児 50 40	
きりん組夕食	ふりかけ(おかか) 鶏もも肉(細切れ) 40 32 薄口醤油 1.5 1.2 生姜汁 0.3 0.24 かたくり粉 適宜 適宜 油 1 0.8 人参 12 9.6 玉葱 15 12 馬鈴薯 25 20 ピーマン 6 4.8 ホールコーン 5 4 だし汁 40 32 砂糖 2 1.6 みりん 1.5 1.2 塩 0.2 0.16 薄口醤油 2 1.6 トマトケチャップ 4 3.2 酢 2 1.6 片栗粉 2 1.6 切り干し大根 3 2.4 えのき 4 3.2 塩 0.3 0.24 うすくち醤油 1.8 1.4 みりん 1 0.8 だし汁 120 96	豚ロース肉 50 40 玉葱 20 16 薄口醤油 3 2.4 みりん 3 2.4 砂糖 2 1.6 酒 5 4 土生姜 4 3.2 かぼちゃ 30 24 玉葱 4 3.2 卵 8 6.4 レーズン 0.8 0.64 ブロッコリー 15 12 マヨネーズ※卵 6 4.8 塩 0.08 0.064 白菜 12 9.6 ねぎ 0.5 0.4 塩 0.3 0.24 薄口醤油 1.8 1.44 みりん 1 0.8 だし汁 120 96	さわら 40 32 酒・下処理用 適宜 適宜 塩 0.1 0.08 たまねぎ 1 0.8 パセリ 0.5 0.4 マヨネーズ※卵 5 4 牛乳 2 1.6 バルメザンチーズ※乳 1.5 1.2 ほうれん草 25 20 人参 8 6.4 オクラ 6 4.8 鰹節 0.5 0.4 薄口醤油 0.8 0.64 じゃが芋 30 24 玉葱 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	めんちかつ 1個 1個 ウスターソース 1 0.8 ケチャップ 4 3.2 ホールコーン 4 3.2 人参 10 8 ブロッコリー 30 24 ゴマドレッシング※卵 10 8 ベーコン 5 4 レタス 8 6.4 ズッキーニ 5 4 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8 牛乳 100 80	卵 40 32 チーズ※乳 10 8 人参 8 6.4 玉葱 15 12 パセリ 0.5 0.4 砂糖 0.6 0.48 塩 0.3 0.24 酒 0.3 0.24 だし汁 5 4 ケチャップ 5 4 南 20 16 人参 20 16 豆腐 15 12 なめこ 8 6.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 みかんかん 30 20	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 0.2 鶏がらスープの素 1.5 1.2 薄口しょうゆ 0.1 0.1 水 120 96 一ロゼリー 1個 1個	
材料							