

☆2023年3月給食献立表☆ みのり園

曜日	月	火	水	木	金	土			
日	13	14・28	1・15・29	2・16・30	3・17・31	25			
夕 ご 飯	献立名	ごはん ピーマンの肉詰め 温野菜 すまし汁 牛乳	ごはん タンドリーチキン リンゴサラダ コンソメスープ	ごはん カレーの味噌焼き にんじんしりしり すまし汁 ★パフェ	★みそラーメン きゅうりの酢の物 ヨーグルト(幼)	ごはん すきやきふうに みそしる 牛乳(幼)	はやしらいす サラダ プリン		
	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 中華麺 80 64	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40		
	材 料	ピーマン	30 24	鶏もも肉・唐揚げ 60 48	カレー	50 40	豚肉 20 16	牛もも肉 20 16	牛もも肉 30 24
		玉葱	10 8	ブルガリアヨーグルト 12 9.6	米みそ	5	人参 5 4	焼豆腐 50 40	人参 15 12
		豚ミンチ	30 24	にんにく 0.1 0.08	砂糖	0.6	玉葱 8 6.4	麩 2 1.6	玉葱 15 12
		塩	少々 少々	しょうが 0.1 0.08	みりん	1	もやし 5 4	人参 20 16	ハヤシルウ※乳 10 8
		パン粉	適宜 適宜	レモン汁 0.6 0.48	人参	30 24	コーン 5 4	玉葱 30 24	水 60 48
		薄力粉	3 2.4	ケチャップ 3 2.4	人参	30 24	キャベツ 8 6.4	糸こんにゃく 8 6.4	
		ケチャップ	適宜 適宜	カレー粉 0.1 0.08	卵	8 6.4	鶏がらだし 0.4 0.32	三度豆 5 4	きやべつ 30 24
		人参	15 12	塩 0.2 0.16	みりん	1 0.8	米みそ 1.5 1.2	だし汁 24 19.2	ホールコーン 5 4
		じゃが芋	15 12	きやべつ 30 24	顆粒だし 0.3 0.24	水 72 57.6	水 72 57.6	砂糖 2 1.6	ぶろっこりー 20 16
		白菜	15 12	きゅうり 10 8	薄口醤油 0.5 0.4	きゅうり 30 24	しらす 2 1.6	濃口醤油 2.5 2	青じそドレッシング 3 2.4
		もやし	8 4.8	りんご 20 16	大根 15 12	しらす 2 1.6	すりごま 1 0.8	薄口醤油 1.5 1.2	プリン※卵乳 1個 1個
		塩	0.1 0.08	人参 5 4	厚揚げ 20 16	砂糖 1 0.8	砂糖 1 0.8	かぼちゃ 20 16	
		薄口醤油	1.4 1.12	酢 2 1.6	葱 1 0.8	薄口醤油 1 0.8	酢 0.8 0.64	玉葱 12 9.6	
		みりん	0.8 0.64	砂糖 0.2 0.16	塩 0.1 0.08	薄口醤油 1.4 1.12		米みそ 6.5 5	
		だし汁	120 96	塩 0.2 0.16	薄口醤油 1.4 1.12	みりん 0.8 0.64		だし汁 120 96	
牛乳	100 80	オリーブ油 1 0.5	みりん 0.8 0.64	だし汁 120 96	ヨーグルト※乳 80	牛乳 120			
人参	10 8	玉葱 15 12	スポンジケーキ 25 20						
パセリ	適宜 適宜	人参 10 8	生クリーム 適宜 適宜						
水	120 96	パセリ 適宜 適宜	いちご 1個 1個						
コンソメ	1 0.8	水 120 96	みかん 15 12						
薄口しょうゆ	0.5 0.4	コンソメ 1 0.8	バナナ 15 12						
		薄口しょうゆ 0.5 0.4	(いちごソース) 0						
			いちごジャム 7.5 6						
			水 7.5 6						
			レモン汁 適宜 適宜						
曜日	月	火	水	木	金	土			
日	6・20	7	8・22	9・23	10・24	11・25			
夕 ご 飯	献立名	ごはん オムレツ マカロニサラダ コンソメスープ 牛乳(幼)	ごはん プリの照り焼き ごまドレサラダ みそ汁	★手巻き寿司 すまし汁 いちご	ごはん ★鍋 ★プリン	なっとうごはん 鮭の塩焼き 五色和え すまし汁 ヨーグルト(幼)	ごはん ハンバーグ 温野菜 みそ汁 ヨーグルト(幼)		
	主食	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 白米 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		
	材 料	卵	40 32	プリ(さわら) 50 40	すし酢 適宜 適宜	豚ロース 35	鮭 50 40	ハンバーグ 1個 1個	
		鶏ミンチ	8 6.4	しょうが汁 0.4 0.32	ウインナー 2本 2本	絹ごし豆腐 30	塩 0.2 0.16	ケチャップ 3 2.4	
		人参	8 6.4	砂糖 0.8 0.64	きゅうり 15 12	厚揚げ 20	ほうれん草 15 12	ウスターソース 0.75 0.6	
		玉葱	20 16	濃口醤油 2 1.6	納豆 10 8	白菜 35	もやし 12 9.6	にんじん 20 18	
		パセリ	0.5 0.4	みりん 2 1.6	ツナ 5 4	しめじ 12	人参 8 6.4	ブロッコリー 20 18	
		砂糖	0.6 0.48	きやべつ 15 12	マヨネーズ※卵 適宜 適宜	えのき 12	しめじ 6 4.8	玉麩 1 0.8	
		塩	0.4 0.32	ブロッコリー 15 12	梅おほか 3 2.4	白ネギ 5	ホールコーン 3 2.4	わかめ 0.2 0.16	
		酒	0.3 0.24	人参 8 6.4	だし巻き 10 8	だし汁 120 96	鰹節 1.2 0.96	わかめ 0.2 0.16	
		だし汁	5 4	ホールコーン 5 4	のり 適宜	塩 0.3 0.24	薄口醤油 1.5 1.2	米みそ 6.5 5.2	
		ケチャップ	5 4	白ごま 1.4 1.12	牛もも肉 15 12	酒 3.5 2.8	豆腐 25 16	だし汁 120 96	
		マカロニ	10 8	マヨドレ 2 1.6	土生姜 0.1 0.08	薄口醤油 1.5 1.2	とろろ昆布 1.25 1	ヨーグルト※乳 78	
		ハム※卵	5 6.4	砂糖 1 0.8	三温糖 1.5 1.2	みりん 1 0.8	塩 0.1 0.08		
		きゅうり	10 8	米酢 0.7 0.56	薄口醤油 1 0.8	プリン※卵乳 1個 1個	薄口醤油 1.4 1.12		
		卵	8 6.4	薄口醤油 0.4 0.32	みりん 1 0.8		みりん 0.8 0.64		
		マヨネーズ※卵	4 3.2	ごま油 0.3 0.24	白菜 15 12.0		だし汁 120 96		
塩	0.1 0.08	小松菜 15 12	葱 1 0.80		ヨーグルト※乳 78				
ベーコン※卵	5 4	油揚げ 6 4.8	塩 0.1 0.08						
かぶ(葉なし)	15 12	米みそ 6.5 5.2	薄口醤油 1.4 1.12						
水	120 96	だし汁 120 96	みりん 0.8 0.64						
コンソメ	1 0.8		だし汁 120 96						
薄口しょうゆ	0.5 0.4		いちご 2個 1個						
牛乳	100								