

☆2023年4月 給食献立表☆

共栄保育園・みのり園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	3・17	4・18	5・19	6・20	7・21	8・22
献立名	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	具たくさんうどん	調理パン
	サバの味噌煮	鶏のオイスターソース焼き	豚じゃが(カレー風味)	鮭の塩焼き	菜の花のごま和え(幼)	牛乳
	ほうれん草のしらす和え	チンゲン菜ともやしのナムル	みそ汁	ひじき煮	小松菜のごま和え(乳)	バナナ
主食	すまし汁	中華スープ		若竹汁		
	幼児 乳児	幼児 乳児	幼児 乳児	幼児 乳児	幼児 乳児	幼児 乳児
	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	六分米 50 40	うどんゆで 150 100	フランクフルト※卵乳 1ヶ 1ヶ ベーコンエッグ※卵乳 1ヶ
屋食	サバ 50 40	鶏もも肉(唐揚げ用) 60 48	豚肉(幼) 40	サケ 50 40	鶏もも肉(細切れ) 30 24	ツナコーン※卵乳 1ヶ 1ヶ
	酒 1 0.8	にんにく 0.1 0.08	豚ミンチ(乳) 30	塩 0.3 0.24	油揚げ 5 4	
	土生姜 1 0.8	オイスターソース 3.8 3.04	じゃがいも 60 48		人参 8 6.4	南瓜パン 2ヶ
	水 40 32		玉葱 30 24	ひじき 2.5 2	玉葱 10 8.00	ツナフレーク 8
	砂糖 3.5 2.8	チンゲン菜 30 24	人参 20 16	油あげ 3 2.4	わかめ 0.2 0	マヨドレ 5
	みりん 4.5 3.6	もやし 12 9.6	三度豆 4 3.2	人参 8 6.4	葱 1 0.80	*りす・ひよこ・アレルギー児
	味噌 9 7.2	酢 0.8 0.64	油 2 1.6	つきこんにやく 6 4.8	濃口醤油 4 3	
	酒 3.8 3	砂糖 0.5 0.4	砂糖 3 2.4	ごま油 1 0.8	塩 0.5 0.4	牛乳 120 100
		濃口醤油 1 0.8	濃口醤油 3 2.4	だし汁 20 16	だし汁 140 112	→乳ア)豆乳
	ほうれん草 35 28	ごま油 0.5 0.4	薄口醤油 3 2.4	砂糖 2 1.6		
	人参 8 6.4		カレー粉 0.3 0.24	薄口醤油 2 1.6	菜の花 20	バナナ 1/2本 1/2本
	しらす 2 1.6	玉葱 15 12	水 15 12	みりん 1 0.8	人参 8	
	薄口醤油 1 0.8	人参 8 6.4			竹輪(卵なし) 6	
	だし汁 適宜 適宜	水 120 96	ほうれん草 8 6.4	たけのこ水煮 12 9.6	三温糖 1.5	
		鶏ガラだし 1.5 1.2	えのき 5 4	わかめ 0.2 0.16	すりごま 1	
	しめじ 8 6.4	薄口醤油 0.2 0.16	豆腐 15 12	塩 0.1 0.1	濃口醤油 1.5	8日 弁当日
	厚揚げ 10 8.0		米みそ 6.5 5.2	薄口醤油 1.4 1.1		
	青ネギ 2 1.6	スティックチーズ 1/2本	だし汁 120 96	みりん 0.8 0.6	小松菜 24	
	塩 0.1 0.1			だし汁 120 96	人参 6.4	
	薄口醤油 1.4 1.1				三温糖 1.2	
みりん 0.8 0.6				すりごま 0.8		
だし汁 120 96				濃口醤油 1.2		
献立名	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	ヨーグルト
	桜色蒸しパン(イチゴ味)	バナナ	みかんゼリー	クラッカー	ゆかりおにぎり	ミニ野菜スティック
		うの花クッキー		りんご	ウエハース(幼)	
おやつ	牛乳 120 100	牛乳 120 100	牛乳 120 100	牛乳 120 100	お茶	ヨーグルト※乳 78 78
	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳		→乳ア)豆乳ヨーグルト
	小麦粉 20 16.0	バナナ 1/2本 1/2本	オレンジジュース 25 20	クラッカー 1p 1p	六分米 30 30	ミニ野菜スティック 1袋 1袋
	ベーキングパウダー 1 0.8		水 10 8		ゆかり 0.3 0.3	ベビースティック(ひよこりす) 2枚
	牛乳 18 14	うの花クッキー 2枚 1枚	粉寒天 0.3 0.24	りんご 1/6個 1/6個	焼きのり(幼)	
	→乳ア)豆乳 10 8.0		グラニュー糖 2.5 2		カルテツウエハース 1枚	
	いちごジャム 10 8.0		みかん缶 50 40		→卵乳ア)いちごウエハース	
砂糖 3 2.4						

★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。

☆2023年4月 給食献立表☆

共栄保育園・みのり園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	10・24	11・25	12・26	13・27	14・28	1・15
献立名	筍ごはん さわら照り焼き 温野菜 みそ汁	のりごはん コロッケ コールスローサラダ ミルクみそ汁	ごはん カレイのから揚げ 温野菜 かきたま汁	パン クリームシチュー 豆苗とツナのサラダ	ごはん (14日)ハンバーグ (28日)鯉のぼりハンバーグ アスパラのソテー コンソメスープ (28日)お楽しみゼリー	サンドイッチ 牛乳 バナナ
	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食
	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40 のり佃煮 8 6	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 ロールパン 2個 2個 →ア・リす・ひよこ 南瓜パン	幼児 乳児 六分米 50 40	幼児 乳児 六分米 50 40
屋 食	たけのこ・水煮 10 8 人参 5 4 油揚げ 3 2 塩 0.4 0.3 薄口醤油 2.5 2 みりん 1 0.8 だし昆布	コロッケ※卵乳 1個 1個 →卵乳ア)星のコロッケ ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 キャベツ 30 24 玉葱 12 9.6 きゅうり 6 4.8 コーン 5 4 塩 0.25 0.2 酢 0.8 0.64 マヨドレ 4 3.2 かぶ(葉なし) 15 12 ウインナー 2本 2本 玉葱 15 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 →乳ア)みそ汁	カレイ 50 40 生姜汁 0.8 0.64 濃口醤油 1.6 1.28 酒 1.6 1.28 薄力粉 3 2.4 片栗粉 3 2.4 油 3 2.4 人参 15 8 ブロッコリー 15 12 マヨドレ 5 4 卵 15 12 →卵ア 豆腐 ほうれん草 12 9.6 塩 0.1 0.1 薄口醤油 1.4 1.1 みりん 0.8 0.6 だし汁 120 96.0	鶏ももにく 35 16 じゃがいも 50 24 玉葱 30 16 人参 20 16 しめじ 8 6 ホワートルウ 15 12 牛乳 適宜 適宜 水 適宜 適宜 →乳ア 乳なしカレールウ 豆苗 25 20 人参 8 6.4 ツナフレーク 5 4 コーン 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	合挽き肉 35 28 玉ねぎ 24 19.2 パン粉 8 6.4 豆乳 4 3.2 ナツメグ 少々 少々 塩麹 2 1.6 ケチャップ 4 3.2 ウスターソース 1 0.8 (28日のみ) 竹輪(卵乳不使用) アスパラガス 12 9.6 じゃが芋 20 16 ベーコン※卵乳 15 12 →卵乳ア)ウインナー 油 適宜 適宜 塩 適宜 適宜 きゃべつ 20 16 人参 10 8 パセリ 0.4 0.4 水 120 96 コンソメ 1.5 1.2 薄口醤油 1 0.8	南瓜パン 2ヶ ツナフレーク 8 マヨドレ 5 *りす・ひよこ・アレルギー児 牛乳 120 100 →乳ア)豆乳 バナナ 1/2本 1/2本
	材 料	材 料	材 料	材 料	材 料	材 料
献立名	牛乳 ジャムサンド ミルクチップ	ヨーグルト せんべい	牛乳 一口ゼリー ドーナツ	お茶 じゃこ菜おにぎり	牛乳 パウンドケーキ いちご(28日のみ)	ヨーグルト せんべい
	お や つ	お や つ	お や つ	お や つ	お や つ	お や つ
主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食	主 食
幼児 乳児 牛乳 120 100	幼児 乳児 ヨーグルト※乳 78 78	幼児 乳児 牛乳 120 100	お茶	牛乳 120 100	ヨーグルト※乳 78 78	幼児 乳児 牛乳 120 100
→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳ヨーグルト	→乳ア)豆乳	六分米 30 24	→乳ア)豆乳	→乳ア)豆乳ヨーグルト	→乳ア)豆乳
南瓜パン 2個 1個	ザラメせんべい 2枚	一口ゼリー 1個 1個	ちりめんじゃこ 2.5 2	HM 18 14.4	みにのりすけ 1p	南瓜パン 2個 1個
いちごジャム 10 5	ベビースティック 2枚	ドーナツ※乳卵 2個 1個	小松菜 5 4	卵 8 6.4	ベビースティック 1p	いちごジャム 10 5
ミルクチップ※乳 1個 1個		→卵乳ア)ベビースティック	ごま油 0.5 0.4	生クリーム 12.5 10		ミルクチップ※乳 1個 1個
→乳ア)南瓜ボーロ2本			いりごま 0.5 0.4	りんごジャム 10 8		→乳ア)南瓜ボーロ2本
			砂糖 0.5 0.4	→卵乳ア)南瓜パンサンド		
			薄口醤油 0.3 0.24	いちご 2個 1個		



★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。