

☆2024年2月きりん組献立表☆ みのり園

曜日		月	火	水	木	金	土
日		26	13・27	14・28	1・15・29	2・16	3・17
きりん組夕食	献立名	焼きそば 具だくさん汁 みかん 牛乳	ごはん さわらのかば焼き ごま酢和え すまし汁 ヨーグルト	ごはん 豚さつま 温野菜 みそ汁	ごはん 鶏の照り焼き エビサラダ みそ汁	ごはん カレイのから揚げ 温野菜 ごま味噌スープ チーズ	具だくさんうどん ヨーグルト
	主食	幼児 乳児 焼きそば 60 50	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 うどん 150 120
	材料	豚もも肉 30 24 キャベツ 30 24 人参 12 9.6 ピーマン 8 6.4 玉葱 12 9.6 塩 0.2 0.2 ウスターソース 6 4.8 お好みソース 6 4.8 ほうれん草 25 20 焼豆腐 15 12 大根 15 12 人参 6 4.8 しめじ 8 6.4 葱 0.5 0.4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 みかん 1個 みかん缶 30 牛乳 100 80 →乳A)豆乳	さくら 50 40 薄力粉 5 4 サラダ油 2 1.6 砂糖 3 2.4 濃口醤油 1.5 1.2 みりん 1.5 1.2 だし汁 1.5 1.2 ほうれん草 25 20 小松菜 10 8 人参 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 南瓜 15 12 油揚げ 10 8 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 十勝ヨーグルト※乳 75 75 →乳A)豆乳ヨーグルト	豚もも肉 30 24 さつまいも 30 24 玉葱 10 8 しめじ 10 8 砂糖 1.2 0.96 薄口醤油 2.5 2 みりん 2.5 2 人参 15 12 ブロッコリー 15 12 マヨネーズ※卵 適宜 適宜 →卵)マヨドレ 豆腐 15 12 ほうれん草 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	鶏もも肉・唐揚げ 60 48 土生姜 0.4 0.3 濃口醤油 2 1.6 みりん 2 1.6 砂糖 0.8 0.6 えび 10 8 →完了(ツナ缶) ブロッコリー 20 16 キャベツ 10 8 人参 8 6.4 ホールコーン 5 4 マヨネーズ※卵 6 4.8 →卵A)マヨドレ 塩 0.2 0.2 厚揚げ 15 12 玉葱 10 8 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96	カレイ 50 40 土生姜 0.8 0.6 濃口醤油 1.6 1.3 酒 1.6 1.3 薄力粉 3 2.4 片栗粉 3 2.4 油 3 2.4 南瓜 20 16 人参 20 16 マヨドレ 適宜 適宜 人参 12 9.6 キャベツ 12 9.6 豆腐 15 12 こんにゃく(完了×) 5 4 水 200 160 すりごま 1.5 1.2 味噌 3 2.4 鶏がらスープの素 2 1.6 スティックチーズ※乳 1本 1本	鶏もも肉(細切れ) 30 24 油揚げ 10 24 小松菜 10 28 玉葱 10 9.6 人参 10 9.6 だし汁 120 96 白だし 30 24 酒 3 2.4
きりん組夕食	献立名	ごはん 鶏南蛮 五色和え かきたまスープ	ごはん 豚肉の筑前煮風 みそ汁 りんごゼリー(手作り)	のりごはん オムレツ しらす和え コンソメスープ バナナ	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き すまし汁 ヨーグルト	ごはん 鶏の味噌チーズ焼き おかか和え すまし汁 牛乳	チャーハン 中華スープ ヨーグルト
	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 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	鶏もも肉(唐揚げ用) 50 40 片栗粉 4 3.2 サラダ油 適宜 砂糖 1.8 1.4 米酢 3 2.4 濃口醤油 3 2.4 だし汁 3 2.4 片栗粉 適宜 小松菜 15 12 もやし 12 9.6 人参 8 6.4 しめじ 6 4.8 ホールコーン 3 2.4 鰹節 1.2 1 薄口醤油 1.5 1.2 トマト 12 9.6 卵 10 8 鶏ガラだし 1.5 1.2 水 120 96	豚バラ肉 35 28 レンコン 12 9.6 竹輪※卵乳 15 12 人参 20 16 里芋 20 16 三度豆 4 3.2 だし汁 60 48 砂糖 2 1.6 酒 4 3.2 みりん 2 1.6 酒 1.2 1 切干大根 2 1.6 油揚げ 5 4 米みそ 6.5 5.2 だし汁 120 96 りんごジュース 25 20 水 10 8 粉寒天 0.3 0.2 グラニュー糖 2.5 2 りんご 25 20	卵 45 36 人参 6 4.8 玉ねぎ 6 4.8 じゃがいも 6 4.8 カニ蒲鉾※卵 8 6.4 パセリ 少々 砂糖 0.6 0.5 塩 0.3 0.2 酒 0.3 0.2 だし汁 5 4 ケチャップ 適宜 適宜 →卵A)ミツオさんのハンバーグ 小松菜 20 16 しめじ 8 6.4 人参 8 6.4 しらす 5 4 濃口醤油 1.2 1 だし汁 10 8 玉葱 12 9.6 南瓜 15 12 水 120 96 コンソメ 1 0.8 薄口醤油 0.5 0.4 バナナ 1/2本 1/2本	サケ 50 40 人参 10 8 玉ねぎ 14 11 ピーマン 8 6.4 しめじ 10 8 キャベツ 25 20 米みそ 3 2.4 酒 1.5 1.2 薄口醤油 1.5 1.2 三温糖 1.5 1.2 塩 少々 少々 バター※乳 1.5 1.2 水 適宜 適宜	鶏もも肉 60 48 塩 適宜 適宜 米みそ 3 2.4 砂糖 3 2.4 粉チーズ※乳 3 2.4 ほうれん草 20 16 白菜 20 16 人参 8 6.4 鰹節 0.5 0.4 薄口醤油 1.5 1.2 みりん 1.2 1 わかめ 0.2 0.2 しめじ 8 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 牛乳 100 80 →乳A)豆乳	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 1 薄口醤油 0.4 0.3 塩 0.2 0.2 酒 2 1.6 わかめ 0.2 0.2 人参 8 6.4 水 120 96 中華だし 1.5 1.2 薄口醤油 0.2 0.2 十勝ヨーグルト※乳 75 75 →乳A)豆乳ヨーグルト

★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。
★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。